

11月



鏡島小学校



鉄分(てつぶん)が多いこんだての日

食物(しょくもつ)せんいが多いこんだての日

(にほんがたしよじ)「日本型食事」の日

ひじきサラダ

やさいコロッケ

くろパン

ポトフ

1日

だいこんとかくふのもの

サケのさつまいもいりきのこあんかけ

せきはん

いかだじる

2日

ぶんかのひ

こまつなのたいたん

サバのにつけ

かわちのつべ

6日

きりぼしだいこんのおかかあえ

レバーのにつけ

かんとうに

7日

ラーパーツアイ

あまエビのからあげ

まーぼーどうふ

8日

とりそぼろどんぶり いりたまご

イカのかりんあげ

ぐだくさんみそしる

9日

だいこんサラダ

フライビーンズ

カレーシチュー

10日

ふきよせごはん

シシャモのもみじあげ

りんご

岐福(ぎふ)みそしる

13日

ごもくまめ

ぐじょうみそけいちゃん

うずらたまごのすまじる

14日

あつあげのオイスターソースいため

だいがくいも

きのこあん

15日

はくさいのだいずあえ

アジのあまだれ

いものこじる

16日

やさいのソテー

オムレツ

ポークビーンズ

17日

チンゲンサイのいためもの

こうやどうふいりすぶた

にらたまスープ

20日

まめまめポテト

ツナライス

はくさいスープ

21日

じゃがいものきんぴら

イワシのきしゅうに

こぶじる

22日

きんろう かんしゃのひ

とうにゅうあんにんどうふ

きりぼしだいこんのちゅうかいため

やきそば

24日

はくさいのゆずかあえ

ぶたにくのあんからめ

みそけんちんじる

27日

ざといものごまあえ

わふうおろしハンバーグ

かすじる

28日

だいこんとツナのにももの

さつまいもチップス

たまごじょうどん

29日

フルーツもりあわせ

こまつなのソテー

ハヤシライス

30日

あじのたび

こんげつは『おおさから』