

# 11月

## 常磐小



ラーパーツアイ  
だいがくいも  
まーぼーどうふ 1日

キャベツのカレーソーテ  
ツナライス  
(むぎいり) アサリのチャウダー 2日

### ぶんかのひ



もやしとかいそうのしおこうじあえ  
ソフトカレーのたつたあげ  
あきのこんさいあったかじる 4日

フルーツもりあわせ  
キャベツのソーテ  
ロケット 7日

こまつなのゆずみそあえ  
ぶたにくのあんからめ  
こぶじる 8日

ほうれんそうのソーテ  
まめのマリネ  
ハヤシライス 9日

きりぼしだいこんのごまよごし  
イカのあられあげ  
ごじる 10日

ずいきのきんぴら  
サケのあげびたし  
こがねじる 11日

こまつなのソーテ  
オムレツ  
ヨーグルト  
こめこコッパン  
ポークビーンズ 14日

こうやどうふのにも  
イワシのきしゅうに  
みかん  
うずらたまごのすましじる 15日

ごまあえ  
だいずとりにくのもの  
岐福(ぎふ)そうでんみそしる 16日

チンゲンサイのいたため  
さつまいもチップス  
ソフトめん  
きのこあん 17日

ふきよせごはん  
シシャモのみみじあげ  
岐福(ぎふ)みそしる 18日

グリーンポテト  
キーマカレー  
はくさいのスープ 21日

だいこんとかくふのもの  
タラのさつまいもいりきのこあんかけ  
まっちゃんプリン  
いかだしじる 22日

きんろうかんしゃのひ

ごもくまめ  
ちくわのてんぷら  
いっしょうどん  
たまごじうどん 24日

ひじきのいたために  
サバのみそに  
みかん  
けんちんじる 25日

まめとれんこんのサラダ  
カレーフライドチキン  
レーズンパン  
だいこんとしめじのスープ 28日

さといもとイカにつけ  
ぶたにくのみそいため  
きのこじる 29日

このぼんぶり  
ごもくあつやきたまご  
みかん  
かすじる 30日

アレルギー対応  
あり・なし

年 組  
名前

- 除去食
- 持参食
- 食べない
- 自分で除去