

# 11がつ

## こんだてひょう

1 (きん)



ハマッコキャベツナ



とりこぼうごはんのく  
むぎごはん みそしる



4 (げつ)

かんしゃしてなべよう!



新米

5 (か)



さかなのからあげ



ひじきごはんのく  
むぎごはん



6 (すい)



ブルーはっこうにゅう




ごますあえ



はいがごはん  
つつきあいちゃんカレー



7 (もく)




みかん



じゃがいものソテー



しょくパン チリコンカーン



8 (きん)




いそかあえ  
さばのみそに




ごはん すましじる




11 (げつ)



かわりごもくまめ



ロールパン わかめスープ



12 (か)



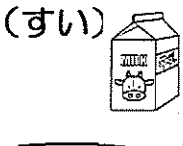
かき



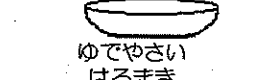
おやことんのく  
むぎごはん みそしる




13 (すい)




ゆでやさい  
はるまき



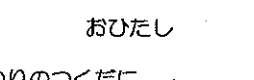
ごはん タンタンスープ




14 (もく)




おひたし




のりのつくだに




ごはん ぶくめに



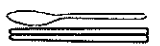
15 (きん)



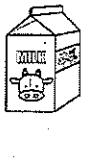
だいがくいも



ツナそぼろ  
むぎごはん



18 (げつ)



りんご



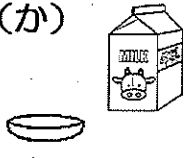
やさいソテー



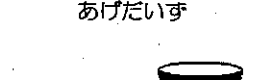
くろパン マカロニの  
クリームに




19 (か)



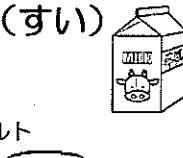
あげだいず



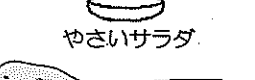
あきあじごはんのく  
ごはん さわにわん




20 (すい)



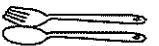
ヨーグルト



やさいサラダ



ぶどうパン ツナと  
ごまつのスパゲティ



21 (もく)




きんぴら  
さわらのあんかけ



むぎごはん みそしる



22 (きん)



みかん




ぶたにくとやさいの  
しょうがいため



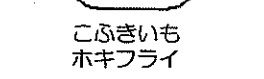
ごはん かきたまじる




25 (げつ)



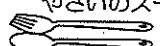
りんごジャム



こぶきいも  
ホキフライ



コッパン  
やさいのスープに



26 (か)




ごましょうゆあえ



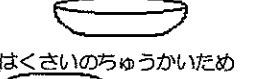
にくそぼろ のっぺいじる  
むぎごはん




27 (すい)




グレーゼリー



はくさいのちゅうかいため



ごはん ちゅうかスープ



28 (もく)



かつおのごまみそあえ



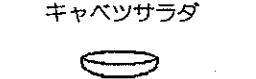
むぎごはん けんちんじる




29 (きん)



ミックスフルーツ



キャベツサラダ



チーズパン とりにくの  
トマトシチュー

