



月 (げつよう)	火 (かよう)	水 (すいよう)	木 (もくよう)	金 (きんよう)
<p>こころをこめて 「いただきます」 「ごちそうさま」</p>	<p>1</p> <p>あじの チリソースかけ</p> <p>やさいのナムル</p> <p>ごはん ワンタン スープ</p>	<p>2</p> <p>ぶたにくと だいこんの ピリからに</p> <p>わかめ ごはん さつまいもの みそしる</p>	<p>3</p> <p>文化の日</p> <p>ぶんかのひ</p>	<p>4</p> <p>振替休日</p>
<p>7</p> <p>かぶとりんごの サラダ</p> <p>むぎごはん ハヤシ シチュー</p>	<p>8</p> <p>11/8いい歯(は)のひ よくかむこんだて</p> <p>きびなごの カリカリフライ(2こ)</p> <p>ごぼうとくきわかめの きんぴら</p> <p>ごはん じゃがいもの みそしる</p>	<p>9</p> <p>チーズ だいがくいも</p> <p>ちゃんぽん</p>	<p>10</p> <p>ツナサラダ</p> <p>チキンピラフ だいこんと ベーコンの スープ</p>	<p>11</p> <p>ぶたにくと こんさいのもの</p> <p>(ごはんのうえに) だいこんぼの ふりかけ</p> <p>ごはん ふわふわじる</p>
<p>14</p> <p>はるまき</p> <p>パンバンジーサラダ</p> <p>ごはん まーぼー どうふ</p>	<p>15</p> <p>さばのみそに</p> <p>れんこんのきんぴら</p> <p>ごはん すましじる</p>	<p>16</p> <p>おたんじょうこんだて</p> <p>とりにくの からあげ</p> <p>サラダ</p> <p>アセロラ ゼリー</p> <p>クリーム スパゲティ</p> <p>ミルクパン</p>	<p>17</p> <p>やきにくソテー</p> <p>みかん</p> <p>ごはん かぼちゃの みそしる</p>	<p>18</p> <p>しゅんぎくと えのきたけの ナムル</p> <p>ちゅうか おこわ</p> <p>たまごスープ</p>
<p>21</p> <p>おろしあえ</p> <p>(ごはんのうえに) かりかりいりこ ごはん</p> <p>にくじゃが</p>	<p>22</p> <p>ちくわの いそべあげ (2こ)</p> <p>はくさいのこんぶあえ</p> <p>にんじん ごはん</p> <p>さわにわん</p>	<p>23</p> <p>きんろうかんしゃ ひ 勤労感謝の日</p>	<p>24</p> <p>まめと やさいの サラダ</p> <p>りんご</p> <p>ごはん ポーク カレー</p>	<p>25</p> <p>かぼちゃコロッケ</p> <p>やさいのアーモンドあえ</p> <p>ごはん ちゃんこじる</p>
<p>28</p> <p>かぶと だいこんの すのもの</p> <p>ふりかけ</p> <p>ごはん すきやき</p>	<p>29</p> <p>さばのあげに</p> <p>あおなのおひたし</p> <p>ごはん すましじる</p>	<p>30</p> <p>いかとかいそうの サラダ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>きなこ あげパン</p> <p>にくだんごと はるさめの スープ</p>	<p>まいにちのきゅうしょくは たくさんのひとたちのてに よってつくられています。</p>	