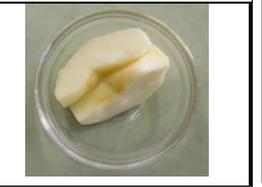


11がつ5にち～11がつ8にちのこんだて

*しいれのつごうで、しょくざいやこんだてはかわることがあります。

5日 (か)						
	ごはん	ししゃもふらい	のりあえ	とうふちゃんぷるー	みそしる	ぎゅうにゅう
6日 (すい)						
	はいがばん	すべいんおむれつ	やさいとまめのとまとに	ふれんちさらだ	やさいのかれーすーぶ	ぎゅうにゅう
7日 (もく)						
	びびんば	やがいもびーまんちゅうかいだ	ちゅうかすーぶ	みかん	ぎゅうにゅう	
8日 (きん)						
	つなとまとすばげてい	こーるすろーさらだ	やさいすーぶ	りんご	ぎゅうにゅう	

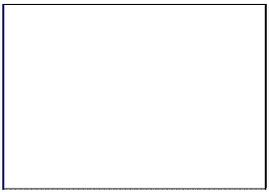
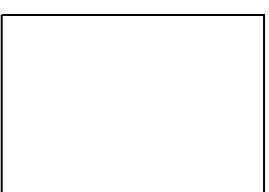
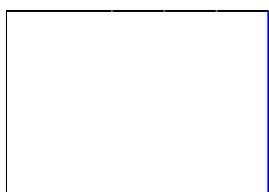
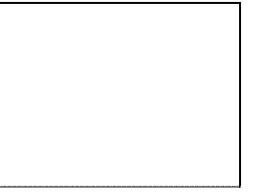
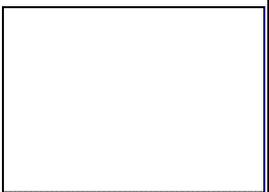
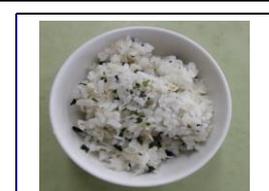
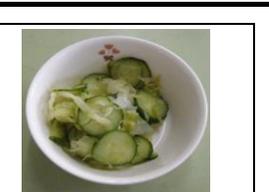
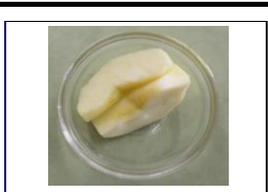
11がつ11にち～11がつ15にちのこんだて

*しいれのつごうで、しょくざいやこんだてはかわることがあります。

11日 (げつ)	 ごはん	 とりにくのこうみやき	 じゃがいもかれーいため	 しそきゅうり	 やさしいため	 みかん
12日 (か)	 きむちゃーはん	 なむる	 ちゅうかすーぶ	 ふる一つみるくかん	 ぎゅうにゅう	
13日 (すい)	 こっぺばん	 ぼてとちーずころっけ	 おかかさらだ	 みねすとろーねすーぶ	 ぎゅうにゅう	
14日 (もく)	 ごはん	 さかなのなたねやし	 ごまあえ	 ごもくひじき	 ごもくみそしる	 ぎゅうにゅう
15日 (きん)	 のっぺうどん	 あしたばつなあえ	 あるえよーぐると	 ぎゅうにゅう		

11がつ19にち～11がつ22にちのこんだて

*しいれのつごうで、しょくざいやこんだてはかわることがあります。

						
19日 (か)						
	ほーくかれーらいす	わかめとこーんのさらだ	やさいすーぷ	みかん	ぎゅうにゅう	
20日 (すい)						
	くろぎとうばん	ちきんそてーとまとそーす	のりしおこふきいも	おにおんどれっしんぐさらだ	まかろにすーぷ	ぎゅうにゅう
21日 (もく)						
	わかめごはん	おでん	やさいのごますあえ	かき	ぎゅうにゅう	
22日 (きん)						
	ほうれんそうのまーりーおすば	ぐりーんさらだ	かくぎりやさいのすーぷ	りんご	ぎゅうにゅう	

11がつ25にち～11がつ29にちのこんだて

*しいれのつごうで、しょくざいやこんだてはかわることがあります。

25日						
(げつ)	ごはん	さばのみそに	いためなます	よしのじる	ぎゅうにゅう	
26日						
(か)	ごはん	じゃーじゃんどうふ	やさいのやくみだれ	ちゅうかすーぶ	ぎゅうにゅう	
27日						
(すい)	なん	ひよこまめとひきにくのかれー	しらすいりさらだ	せんざりやさいすーぶ	ぎゅうにゅう	
28日						
(もく)	ごはん	ちぐたまごやき	ゆずぼんあえ	ればにらいため	みそしる	ぎゅうにゅう
29日						
(きん)	あんかけやきそば	じゃがいもはちみつさらだ	とうにゅうすーぶ	ふるーつぼんち	ぎゅうにゅう	