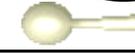
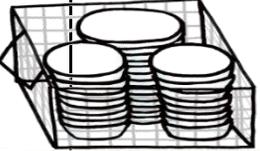


11月もりつけひょう



健康な体を作ろう

郡山市立桑野小学校

月(げつ)	火(か)	水(すい)	木(もく)	金(きん)
<p>4日</p>  <p>こまつなのナムル</p> <p>やきいも</p>  <p>ちゅうかめん</p>  <p>しょうゆラーメン</p> 	<p>5日</p>  <p>ささかまぼこのあえもの</p> <p>てづくりふりかけ</p>  <p>いりどり</p> 	<p>6日</p>  <p>さばのしおやき</p> <p>きりぼしだいこんのふくめに</p>  <p>じゃがいもどわかめのみそしる</p> 		
<p>9日</p>  <p>とりにくのてりやき</p> <p>うのはないり</p>  <p>さといものみそしる</p> 	<p>10日</p>  <p>パンズパン</p> <p>キャベツサラダ</p> <p>メンチカツ</p>  <p>はくさいのスープ</p>	<p>11日</p>  <p>さんまにつけ</p> <p>はくさいとしおこんぶのあえもの</p>  <p>なめこじる</p> 	<p>12日</p>  <p>ドッグパン</p> <p>スラッピージョー</p> <p>ハムとこまつなのサラダ</p>  <p>わんたんスープ</p> 	<p>13日</p>  <p>あつやきたまこわかめとやさいのあえもの</p>  <p>すきやきこ</p> 
<p>16日</p>  <p>にくパオズ</p> <p>にらともやしのナムル</p>  <p>なまあげのちゅうかにこみ</p> 	<p>17日</p>  <p>ピザトースト</p> <p>まめサラダ</p> <p>とりにくともやしのスープ</p> 	<p>18日</p>  <p>もちきんちゃく</p> <p>にらとえのきのあえもの</p>  <p>ソフトめん</p> <p>けんちんうどん</p> 	<p>19日</p>  <p>こいのスパイスあげ</p> <p>はるさめのこまずあえ</p>  <p>ちゅうかスープ</p> 	<p>20日</p>  <p>ウエハース</p> <p>キャベツサラダ</p> <p>ハヤシライス</p> 
<p>23日</p> <p>きんろうかんしゃ</p> <p>勤労感謝の日</p> 	<p>24日</p>  <p>こめこパン</p> <p>コーンサラダ</p> <p>りんご</p> <p>やさいのクリームに</p> 	<p>25日</p>  <p>やきさかな(ほっけ)</p> <p>ひじきのいために</p>  <p>こまつなどねぎのみそしる</p> 	<p>26日</p>  <p>ことうパン</p> <p>カミカミサラダ</p> <p>すいとん</p> 	<p>27日</p>  <p>にくだんごみそあじ</p> <p>ごぼうサラダ</p>  <p>だいこんといかのにも</p> 
<p>30日</p>  <p>ひじきいりシューマイ</p> <p>みそマヨネーズあえ</p>  <p>じゃがいものにも</p> 	<p>配せんや片づなをしっかりとしよう!</p>  <p>洗ったもの、決められた容器に入れたかな?</p>  <p>はしやスプーンは向きをそろえたかな?</p>  <p>手裏袋貝ごとにきれいに重ねたかな?</p>			