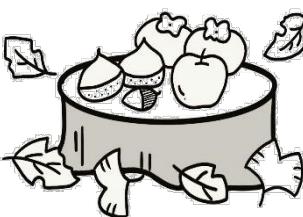


# 11月分のこんだて



げつ  
月

か  
火

すい  
水

もく  
木

きん  
金

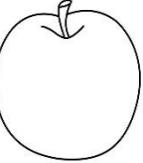
おおさか しりつひら の にしおうがっこう  
大阪市立平野西小学校

【11月1日(金)~11月29日(金) 20日間】

よてい  
※予定のため  
かわることがあります。

## りんご

10月から2月ごろに、おいしい時期をむかえる果物です。  
たくさんの品種があり、味はもちろん大きさや色、食感など、それぞれに特徴があります。



ついたち  
1日

- ・ジャージャンどうふ
- ・チンゲンサイのオイスターソースあえ
- ・まっ茶白玉のきな粉がけ

よつ か  
4日  
ぶん か ひ  
文化の日の  
ふりかえきゅうじつ  
振替休日

いつ か  
5日  
ぶたにく  
・豚肉のバジル焼き  
・スープ  
・うずら豆のグラッセ

むい か  
6日  
や  
・焼きししゃも  
・さといもの和風カレー汁  
・ささみとこまつのいためもの

な の か  
7日  
ぶたにく やさい  
・豚肉と野菜のいためもの  
・いわしのつみれ汁  
・かぼちゃのいりう

よ う か  
8日  
けいにく  
・鶏肉ときのこのシチュー  
・きゅうりのピクルス  
・りんご  
・ブルーベリージャム

に ち  
11日  
うんどうかい だいきゅう  
運動会の代休

に ち  
12日  
ミニコッペパン  
・ウインナーときのこの和風スパゲッティ  
・焼きとうもろこし  
・固形チーズ

に ち  
13日  
ぶたにく  
・豚肉のコチジャンいため  
・鶏肉とはるさめのスープ  
・きゅうりのナムル

に ち  
14日  
に  
・なまりぶしのしょうが煮  
・なめこのみそ汁  
・ほうれんそうのごまあえ

に ち  
15日  
ぶたにく やさい  
・豚肉と野菜のスープ煮  
・変わりピザ  
・みかん

に ち  
18日  
・さごしのごまじょうゆかけ  
・すまし汁  
・大豆の煮もの

に ち  
19日  
コッペパン  
・ツナポテトオムレツ  
・スープ  
・白桃(缶)  
・バター

は つ か  
20日  
けいにく うめふう み や  
・鶏肉の梅風味焼き  
・うすくず汁  
・きんぴらごぼう

に ち  
21日  
・えびフライカレーライス  
・カリフラワーのピクルス  
・いり黒豆

に ち  
22日  
おさつパン  
・ほうれんそうのグラタン  
・スープ煮  
・りんご



に ち  
25日  
・ピリ辛 丼  
・中華スープ  
・きゅうりの甘酢づけ

に ち  
26日  
こくとう 黒糖パン  
・白身魚フリッター  
・ミネストローネ  
・ブロッコリーのサラダ

に ち  
27日  
・ビビンバ  
・わかめスープ  
・いもけんぴフィッシュ

に ち  
28日  
・関東煮 <除去食:卵>  
・れんこんの赤じそあえ  
・みかん

に ち  
29日  
や  
・焼きシューまい  
・中華みそスープ  
・ツナと野菜のオイスターソースいため  
・いちごジャム

