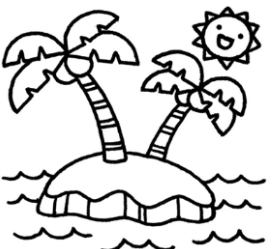



月	火	水	木	金
<p>ぎょしゃはいそう 業者配送</p> <p>2日:なんのうみかんゼリー 6日:なっとう 7日:わらびもち 10日:やまがたのれいとうもも 13日:れいとうパイナップル 16日:きよほうゼリー 23日:くまもとれいとうみかん 31日:ライチゼリー</p>	<p>ぎゅうにゅう まいち *牛乳は毎日つきます。</p> <p>じさん *はしは持参のため の載せていません。</p>	<p>1</p> <p>キャベツサラダ (コールスロドレッシング) あじの しょうパン かぼちゃクリームスープ</p>	<p>2</p> <p>かいづしょくざいのひ なんのうみかんゼリー はもと ひじきのいために あまながピーマンのてんぷら</p> <p>むぎごはん けんちんじる</p>	<p>3</p> <p>モロッコいんげんのサラダ (イタリアンドレッシング) オムレツ むぎごはん ハヤシチュー</p>
<p>6</p> <p>ごぼうと なすの むぎごはん あおさじる さつまあげのきんぴら にくみそかけ</p>	<p>7</p> <p>たなぼたのこんだて わらびもち むぎごはん えだまめごはん たなぼた そうめんじる</p>	<p>8</p> <p>ズッキーニの とりにくの しょうパン ポテトスープ サラダ (マヨネーズ) レモンソース</p>	<p>9</p> <p>かぼちゃコロケ ドライカレー むぎごはん トマトスープ</p>	<p>10</p> <p>ひがしにほんのりょうり やまがたのれいとうもも ささかまぼこの むぎごはん みだくさんみそしる いぶりがっこあえ てんぷら</p>
<p>13</p> <p>きよほうゼリー 十六ささげの ごまあえ とうふハンバーグ しんしゅうみそしる ゆかりごはん</p>	<p>14</p> <p>コーンサラダ (かんきつドレッシング) やきフランクフルト むぎごはん なつやさいカレー</p>	<p>15</p> <p>いかとなすの メルルーサの こめこしょうパン モロヘイヤスープ トマトに チーズやき</p>	<p>16</p> <p>しょくいくのひ れいとうパイナップル えだまめの ぶたにくの うめソースかけ むぎごはん とうがんじる</p>	<p>17</p> <p>ミニトマト ちくわと ししゃもの おちやあげ ひじきなめし きりぼしだいこんの みそしる こまつなのいりに</p>
<p>20</p> <p>うみのひ</p> 	<p>21</p> <p>きゅうりの たまごやき むぎごはん ぶたどんのぐ こんぶあえ</p>	<p>22</p> <p>ドイツのりょうり スライスチーズ ハンバーグ トマトソース ジャーマンポテト まるパン キャベツスープ</p>	<p>23</p> <p>きゅうしゅうちほうのりょうり くまもとれいとうみかん きりぼしだいこんの てづくり さつまあげ むぎごはん さつまじる</p>	<p>24</p> <p>きゅうしょくおやすみ</p> 
<p>27</p> <p>きんぴらごぼう いかのあまがらめ むぎごはん なすのみそしる</p>	<p>28</p> <p>ポンずあえ だいずメンチカツ わかめごはん さわにわん</p>	<p>29</p> <p>なつやさいサラダ (ごまドレッシング) ぶたにくの しょうパン コーンクリームスープ アップルソースかけ</p>	<p>30</p> <p>かぼちゃの ちくわの むぎごはん かきたまじる そばろに いそべあげ</p>	<p>31</p> <p>ちゅうごくのりょうり ライチゼリー はるさめサラダ かいせんギョーザ むぎごはん マーポどんのぐ</p>

☆てをきれいにあらおう☆

あつくて、じめじめしたきせつは、しょくちゅうどくがふえてきます。
ほいきんのついたたべものが、からだにはいると、おなかがいたくなったり、
びょうきのげんいんになったりします。
しょくちゅうどくのおほうにたいせつなのは、てあらいです。そとあそびのあと、
トイレのあと、しょくじのまえには、かならずてをあらいましょう。
つめのあいだはよこれがたまりやすいので、こまめにつめをきりましょう。

こんげつのおしゃんのおべもの
かぼちゃ、きゅうり、あまながピーマン
モロッコいんげん、トマト、なす
オクラ、ズッキーニ、ピーマン
十六ささげ、とうもろこし、モロヘイヤ
えだまめ、とうがん
★
あじ、はも、あゆ、とびうお、いわし
★
パイナップル、すいか
もも、メロン、ぶどう
ブルーベリー

きゅうしょくにもたくさん
きせつのおべものが
つかわれています。
さがしてみしょう♪



保護者の方へ: アルコールはぬれた手につけても効果がありません。
水気をよく拭いてからかけるようにしましょう。