

月	火	水	木	金
<p>ぎょうしゃ はいそう 業者 配送</p> <p>6日:オレンジ 11日:ぎふみかん ゼリー 29日:れいとうパイン</p>	<p>*ぎゅうにゅう</p> <p>*おうちから せいけつな おはしをもってきましょう。</p>	<p>へいせい30ねんど かいづしのしょくいくのテーマ</p> <p>たべよう!あさごはん</p> <p>あさごはんをたべると、おなかがかうこ きだして、うんちがでやすくなるよ!</p>	<p>1 かいづのしょくざいのひ</p> <p>きりぼしだいこんの トビウオの につけ なんばんづけ</p> <p>むぎごはん あわせみそしる</p>	
<p>4</p> <p>キャベツの まぐろの かおりあえ たつたあげ</p> <p>むぎごはん ちくぜんに</p>	<p>5</p> <p>こうやどうふの とりにくの ふくめに かおりみそやき</p> <p>むぎごはん いかまほこの すましじる</p>	<p>6</p> <p>オレンジ きゅうりのサラダ フィッシュフライ (タルタルソース)</p> <p>まるパン トマトとだいずの スープ</p>	<p>7</p> <p>カクテル げそのからあげ フルーツ</p> <p>ポークカレー むぎごはん</p>	<p>8</p> <p>こんにゃくの ぶたにくの おかか にしょうがやき</p> <p>むぎごはん あおなの すましじる</p>
<p>11</p> <p>ひじきの ホキの あえもの こうみだれ</p> <p>むぎごはん たまねぎの みそしる</p>	<p>12</p> <p>ごもく やきししゃも きんぴら</p> <p>えだまめわかめ ゆぼとはなふの ごはん すましじる</p>	<p>13</p> <p>カラフルソテー オムレツ</p> <p>こめこしよくパン ポークビーンズ</p>	<p>14 ちゅうごくのりようり</p> <p>パンサンスー コーン しゅうまい</p> <p>むぎごはん マーボードウフ</p>	<p>15</p> <p>えだまめの かぶちやの しおゆで てんぷら</p> <p>ソフトめん にくみそソース</p>
<p>18</p> <p>あおなの ぶたにくの アーモンドあえ あんからめ</p> <p>むぎごはん だいこんとわかめの すましじる</p>	<p>19 しょくいくのひ</p> <p>きゅうりの ごもく あまずあえ あつやきたまご</p> <p>あざみごはん とうがんじる</p>	<p>20</p> <p>カラフルポテト ハンバーグ デミグラスソース</p> <p>くろしょくパン たまごとレタスの スープ</p>	<p>21</p> <p>なすとぶたにくの こめこいり みそいため はるまき</p> <p>むぎごはん ちゅうかふう コーンスープ</p>	<p>22</p> <p>やさいの ちくわの ゆかりあえ いそべあげ</p> <p>うどん ごもくうどんのしる</p>
<p>25</p> <p>きりぼしだいこんの いわしの ピリからいため かばやき</p> <p>むぎごはん ぐたくさん みそしる</p>	<p>26 かんこくのりようり</p> <p>かんこくふう とりのからあげ じゃがいものものに</p> <p>むぎごはん ワカメスープ</p>	<p>27</p> <p>キャベツとコーンの しろみぎかなの ソテー チーズやき</p> <p>しょくパン しやくろスープ ブルーベリージャム</p>	<p>28</p> <p>やさいの あじの ふくめに なんぶやき</p> <p>むぎごはん とうふの しろみそしる</p>	<p>29</p> <p>かいそうサラダ えだまめ (あおじそドレッシング) コロッケ ドライカレー</p> <p>むぎごはん</p>

★ しょくいくげっかんについて ★

まいつき19にちは「しょくいくのひ」。6がつは「しょくいくげっかん」です。みなさんは、まいにちのしょくじをたのしんでたべていますか? たべものを、のこしたり、すてたりしていませんか? おうちでも、たべることのたいせつさをはなしたり、しょくじのてつだいをしたりして、しょくについてかんがえてみましょう。

★ かいづのトマト ★

《かいづトマトぶかい》さまから、トマト100キロをきふしていただきます。6日「トマトとだいずのスープ」、7日「ポークカレー」につかいます。かいづでとれたトマトをあじわいましょう。



はみがき
しよう!

6月4日~10日

「はとくちのけんこうしゅうかん」です。けんこうな「は」で、よくかむと、たべものあじがよくわかるよ!

こんげつ しゅんのだべもの

- アスパラガス
- えだまめ、きゅうり
- かぼちゃ、レタス
- モロヘイヤ、しそ
- ピーマン、トマト
- とうがん、なす
- ★
- かつお、すすき
- トビウオ、あじ
- にじます
- ★
- うめ、あんず
- さくらんぼ
- ★
- きゅうしょくにも
- たくさん
- きせつのだべものが
- つかわれています。
- さがしてみしょう♪