

月	火	水	木	金
2 かいづのしょくざいのひ きゅうりのうめあえ ホキのあまだれ むぎごはん かいづモロヘイヤのとうとろじる	3 じゅうろくさげのごまあえ とりにくのしおレモンやき むぎごはん とうにゅうみそしる	4 ズッキーニのサラダ チーズ(イタリアンドレッシング) こめこしよくパン まめのカレースープ	5 かぼちゃのにももの アジのなんぼんづけ むぎごはん オクラのみそしる	6 たなばたのこんだて あまながピーマン ほしのコロケソテー ソフトめん ミートソース
9 ひじきのそばろに ししゃものカレーあげ むぎごはん なすのみそしる	10 ピーマンのみそいため だいずとレバーのあげがらめ わかめごはん とうがんじる	11 かいそうサラダ さわらの(あおじそドレッシング) くろしよくパン かぼちゃスープ	12 こまつなのナムル ショウロンポウ むぎごはん たまごいりわかめスープ	13 ぎゅうにくときりほしのいためもの なすのにくみそかけ むぎごはん(いたく) とうふのすましじる
16 うみのひ 	17 えだまめのしおゆで やきウインナー むぎごはん なつやさいカレー	18 だいこんサラダ ホキの(ごまドレッシング) クロワッサン レタススープ	19 しょくいくのひ モロヘイヤのおかかあえ ぶたにくのトマトあん むぎごはん ひやじるふうみそしる	20 きゅうりのこんぶあえ あつやきたまご むぎごはん ぶたどんのぐ
23 ごもくきんぴら いかのあまがらめ わかめごはん きりほしだいこんのみそしる	24 れいとうパン わかめサラダ やさいいりソーセージ(2) ドライカレー むぎごはん	25 ドイツのりょうり チーズポテト ポークカツレツ(ケチャップ) レーズんしよくパン キャベツスープ	26 ちゅうごくのりょうり はるさめサラダ かいせんギョウザ むぎごはん マーボードウフ	27 ほっかいどうのりょうり アスパラガス しろはなまめのソテー コロケ むぎごはん どさんこじる
30 なすと あまながピーマンのみそいため アジフライ(ソース) むぎごはん とうがんスープ	31 ゆでとうもろこし とりにくのしおこうじやき むぎごはん ぶたじる やさいふりかけ			<p>ぎょうしゃ はいそう業者 配送</p> <p>6日: たなばたデザート</p> <p>19日: フローズンヨーグルト</p> <p>24日: れいとうパン</p> <p>26日: あんにんデザート</p>

★よくかんで あじわおう★

みなさんは、ひとくちたべて、なんかいくらかんでいますか？5かい？10かい？ひとくちを15かい～30かいくらい、ゆっくりとかみましょ。たべもののあじが、よくわかるようになりますよ。

★ かいづのあまながピーマン ★

ながさが15センチもある、ほそながくて、からくないピーマンです。かいづしで、たくさんつくられています。6にちと、30にちにつかいます。



へいせい30ねんど

かいづのしょくいくのテーマ

たべよう！あさごはん



あさごはんを、たべることば、たべものを、めでみる！はなでにおいをかく！したであじわう！など、からだのかんかくをめざめさせます。

こんげつ

しゅんのたべもの
あまながピーマン、なすえだまめ、アスパラガスズッキーニ、きゅうりかぼちゃ、レタスモロヘイヤ、いんげんピーマン、おくらとうがん、とうもろこしトマト、ゴーヤ

★ あじ、あゆ
★ すいか、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だべものかつかわれています。さがしてみましょ。

