



月	火	水	木	金
	<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>きょうのきゅうしょくのエネルギー kcal</p>	<p>8</p> <p>はるさめサラダ えびフリッター</p> <p>しょくパン ふゆやさいポトフ</p> <p>あん&amp;マーガリン 465 kcal</p>	<p>9</p> <p>おしょうがつりょうり</p> <p>にしめ だしまきたまご</p> <p>さけわかめごはん しらたまぞうに</p> <p>446 kcal</p>	<p>10</p> <p>だいこんサラダ だいずとレバーの (たまねぎドレッシング) ケチャップがらめ</p> <p>ソフトめん ツナクリームソース</p> <p>548 kcal</p>
	<p>14</p> <p>こんにやくの きんぴら やきほっけ</p> <p>むぎごはん はくさいのみそしる</p> <p>388 kcal</p>	<p>15</p> <p>ココア デザート ジャーマンポテト メンチカツ (ソース)</p> <p>こめこしよくパン ほうれんそうのスープ</p> <p>497 kcal</p>	<p>16</p> <p>かぶの こんぶあえ さわらの ゆずみそかけ</p> <p>むぎごはん のっぺいじる</p> <p>409 kcal</p>	<p>17</p> <p>かいそうサラダ (あおじとドレッシング) オムレツ</p> <p>むぎごはん (いたく) ポークカレー</p> <p>477 kcal</p>
<p>20</p> <p>こうやどうふの カレーに ちくわの いそべあげ</p> <p>むぎごはん きりほしだいこんのみそしる</p> <p>445 kcal</p>	<p>21</p> <p>みずなと はんぺんの にびたし かぼちゃフライ</p> <p>むぎごはん いしかりじる</p> <p>487 kcal</p>	<p>22</p> <p>はなやさいサラダ (イタリアンドレッシング) しろみぎかなの りんごソース</p> <p>くろしよくパン とうにゅうポターージュ</p> <p>451 kcal</p>	<p>23</p> <p>ほうれんそうのおひたし とりにくの てりやき</p> <p>むぎごはん わかめととうふのみそしる</p> <p>380 kcal</p>	<p>24</p> <p>ぎふけんのきょうどりょうり</p> <p>けいちゃん ハツシモごへいもち</p> <p>うどん きふたつぶりうどんのしる</p> <p>がっこうきゅうしょくしゅうかん 439 kcal</p>
<p>27</p> <p>かいつのしよくざいやめいぶつ なんのう みかん きゅうりとはいくさいの ごまあえ スティックカツ</p> <p>きつねごはん なばなの すましじる</p> <p>がっこうきゅうしょくしゅうかん 503 kcal</p>	<p>28</p> <p>かごしまけんのりょうり さつまあげいり きびなごの からあげ</p> <p>むぎごはん けいはんのしる</p> <p>がっこうきゅうしょくしゅうかん 463 kcal</p>	<p>29</p> <p>むかしなつかしいきゅうしょく キャベツサラダ くらにのく のあんからめ</p> <p>コッペパン いちごジャム カレーシチュー</p> <p>がっこうきゅうしょくしゅうかん 530 kcal</p>	<p>30</p> <p>とうきょう・おおさかのめいぶつ ふかがわめしのぐ おこのみやき</p> <p>むぎごはん ちゃんこなべ</p> <p>がっこうきゅうしょくしゅうかん 483 kcal</p>	<p>31</p> <p>2020とうきょうオリンピックおうえんメニュー いちごタルト パプリカソテー いちばんほしハンバーグ</p> <p>カレーピラフ ごしよくスープ</p> <p>560 kcal</p>

れいわがんねんど かいつしのしよくいくテーマ




こんげつの『しゅん』のたべもの

れんこん、しゅんぎく、だいこん、はくさい、なばな、こまつな  
ほうれんそう、ねぎ、キャベツ、ブロッコリー、カリフラワー  
ぶり、たら、さわら、わかさぎ、さば、きびなご  
りんご、みかん、デコポン  
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♪

ぎょうしゃ はいそう 業者 配送

15日：ココアデザート  
27日：なんのうみかん  
31日：いちごタルト



## 『きゅうしょくしゅうかん』について!

あけましておめでとうございます。2020ねんがはじまりました。まだまだ さむいひがつづきますが、げんきに たのしくすごしましょう。1がつ24日から30にちまでは「ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん」です。きゅうしょくをつうじて「食(しょく)」について まなんだり、かながえてもらいたい1しゅうかんです。おかしのかんたてや、ぎふけんのりょうりなど、たくさんとりいれます。おうちでも、きゅうしょくについていろいろなはなしができるといいですね。

10がつから、にしみの2し6ちよう(西美濃2市6町)の やさいをたくさんつかっています!

### 1がつのしよくぶんか

1がつは「睦月(むつき)」ともいいます。しんせきやともだちが、あつまって「仲睦まじく(なかむつまじく)」することがおおいことから なづけられたそう  
です。1ねんのはじめのつきで、みんながけんこうにすごせるためのねがいがこめ  
られたぎょうじがおこなわれ、そのときにたべられるりょうりがあります。  
○おしょうがつ→おせちりょうり・おぞうに・かがみもち・おとぞ  
○ななくさがゆ ○かがみびらき→おしるこ ○こしょうがつ→どんとやき

- かいつしのしよくざい：きゅうり・しいたけ  
24日しゅんぎく  
27日なばな・なんのうみかん  
30日しゅんぎく
- にしみのしよくざい：こまつな・だいこん