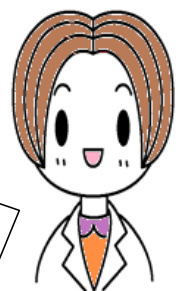


月	火	水	木	金
<p>ぎょうしゃ はい そう 業者 配送</p> <p>7日(月): れいとう なんのうみかん</p> <p>14日(月): りんご ヨーグルト</p> <p>23日(水): ぶどうゼリー</p>	<p>1</p> <p>525 kcal</p>	<p>2</p> <p>436 kcal</p>	<p>3</p> <p>475 kcal</p>	<p>4</p> <p>573 kcal</p>
<p>7</p> <p>427 kcal</p>	<p>8</p> <p>457 kcal</p>	<p>9</p> <p>454 kcal</p>	<p>10</p> <p>507 kcal</p>	<p>11</p> <p>512 kcal</p>
<p>14</p> <p>518 kcal</p>	<p>15</p> <p>457 kcal</p>	<p>16</p> <p>フィンランドのきゅうしょく</p> <p>482 kcal</p>	<p>17</p> <p>440 kcal</p>	<p>18</p> <p>469 kcal</p>
<p>こんげつのしゅんのたべもの</p> <p>なす、とうがん、さといも かぼちゃ、さつまいも ★ さんま、さば、いわし ★ なし、りんご、ぶどう</p>		<p>23</p> <p>582 kcal</p>	<p>24</p> <p>417 kcal</p>	<p>25</p> <p>390 kcal</p>
<p>28</p> <p>498 kcal</p>	<p>29</p> <p>510 kcal</p>	<p>30</p> <p>419 kcal</p>	<p>れいわ2ねんど かいづしのしょくいくのテーマ</p> <p>もっと やさいを たべよう!</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>きょうのきゅうしょくのエネルギー kcal</p>

あさごはんのおはなし

こどもえんのおともだち、まいにち あさごはんを たべていますか？
あさごはんをたべると、からだ、ぽかぽかしてきます。からだをうごかすじゅんぴや、あたまがはたらくための ちからになります。あさのうちに、うちがでやすくなります。あさごはんは、1にちをげんきにスタートするための たいせつなしょくじです。しっかりたべてから、とうえんしましょう！



にしみの(西美濃(2市6町))でつくられたものをたくさんつけています！

- かいづしのしょくざい : ・きゅうり ・しいたけ ・みかん ・こめ ・あぶらあげ ・9日みかんジャム ・10日ベーメン
- にしみののしょくざい : ・こまつな ・チンゲンサイ ・ほうれんそう ・もやし