

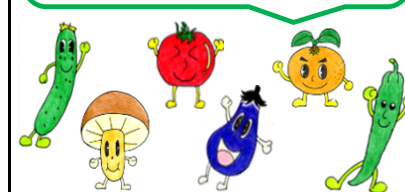


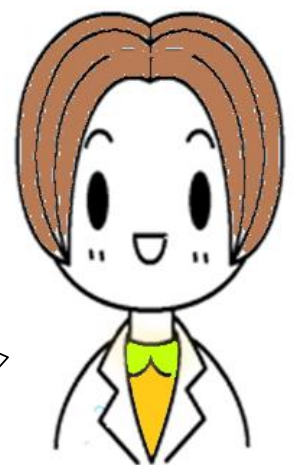
月	火	水	木	金	
<p>2</p> <p>ごもきんぴら まぐろの たつたあげ</p> <p>わかめごはん あつあげと はくさいのみそしる</p> <p>エネルギー 454 kcal</p>	<p>3</p> <p>ぶんかのひ</p> 	<p>4</p> <p>だいこんサラダ (コーンクリームー ドレッシング)</p> <p>いかの ハーブやき</p> <p>こめこしよくパン カレーポトフ</p> <p>エネルギー 420 kcal</p>	<p>5</p> <p>りんご</p> <p>やさいの こんぶあえ</p> <p>ヒレカツ</p> <p>むぎごはん たまごどん のぐ</p> <p>エネルギー 437 kcal</p>	<p>6</p> <p>あおなの ナッツあえ</p> <p>あげささみの レモンに</p> <p>ソフトめん ナポリタン ソース</p> <p>エネルギー 522 kcal</p>	
<p>9</p> <p>ベーめんと やさいのサラダ (ごまドレッシング)</p> <p>やきウインナー</p> <p>むぎごはん あきやさいの カレー</p> <p>エネルギー 546 kcal</p>	<p>10</p> <p>ナムル ユーリンチー</p> <p>キムチごはん わかめの スープ</p> <p>エネルギー 480 kcal</p>	<p>11</p> <p>アメリカのスクールランチ</p> <p>オレンジ</p> <p>ポテトサラダ (ノンエッグマヨネーズ)</p> <p>ハンバーグ・ トマトソース</p> <p>まるパン コーン チャウダー</p> <p>エネルギー 528 kcal</p>	<p>12</p> <p>ほうれんそうの いそかあえ</p> <p>きびなごからあげ</p> <p>はくはん かんとうに</p> <p>エネルギー 444 kcal</p>	<p>13</p> <p>かみかみ ごぼうサラダ</p> <p>ぶたにくの あんからめ</p> <p>むぎごはん (いたく) たぬきじる</p> <p>エネルギー 509 kcal</p>	
<p>16</p> <p>きりぼしだいこんの ピリからいため</p> <p>にじますの こうじやき</p> <p>はくはん とうふと はくさいのみそしる</p> <p>エネルギー 442 kcal</p>	<p>17</p> <p>やさいのてんめん じゃんいため</p> <p>いかの ねぎしおやき</p> <p>むぎごはん ちゅうかふう コーンスープ</p> <p>エネルギー 398 kcal</p>	<p>18</p> <p>こんさいサラダ</p> <p>とりにくのみかん ソースからめ</p> <p>くろしよくパン ポテトスープ</p> <p>エネルギー 453 kcal</p>	<p>19</p> <p>しょくいくのひ</p> <p>きつかあえ</p> <p>さつまいもの てんぷら</p> <p>はくはん ひだぎゅうの すきやきふうに</p> <p>エネルギー 537 kcal</p>	<p>20</p> <p>なんのう みかん</p> <p>にしみのやさいの おひたし</p> <p>たまごやき</p> <p>きしめんふう うどん</p> <p>ごもきしめんの しる</p> <p>エネルギー 378 kcal</p>	
<p>23</p> <p>きんろうかんしゃのひ</p> 	<p>24</p> <p>わしよくのひ</p> <p>はくさいの おかかあえ</p> <p>さばの みりんやき</p> <p>ふきよせごはん おろしじる</p> <p>エネルギー 452 kcal</p>	<p>25</p> <p>フルーツの ヨーグルトあえ</p> <p>しろみざかな フライ</p> <p>こがたパン やきそば</p> <p>エネルギー 528 kcal</p>	<p>26</p> <p>フィリピンのかていりょうり</p> <p>パンシット (ピーンとやさいの いためもの)</p> <p>チキンアドボ (とりにくのつけやき)</p> <p>はくはん ニラガ (じゃがいもの スープ)</p> <p>エネルギー 445 kcal</p>	<p>27</p> <p>ブロッコリーの あえもの</p> <p>かつおの りょうしあげ</p> <p>はくはん ぐだくさん みそしる</p> <p>エネルギー 460 kcal</p>	
<p>30</p> <p>じゃがいもと やさいのにも</p> <p>さんまの こめこあげ・ おろしたれ</p> <p>ごこくとひじきの ごはん</p> <p>いとかまぼこの すましじる</p> <p>エネルギー 516 kcal</p>	<p>こんけつ(つ)のしゅんのたべもの</p> <p>さつまいも、さといも、くり だいこん、れんこん、ねぎ こまつな、はくさい、ごぼう ほうれんそう、ブロッコリー</p> <p>★さんま、いわし、かつお、さば、</p> <p>★みかん、りんご、かき</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>ぎょうしゃ はいそう 業者 配送</p> <p>5日(木)：りんご</p> <p>11日(水)：オレンジ</p> <p>20日(金)：なんのう みかん</p>

しょくじのあいさつのおはなし

こどもえんのおともだち、しょくじのまえに『いただきます』、しょくじのあとに『ごちそうさま』のあいさつをしていますか？

わたしたちが たべるものは、すべていきていたものです。『いただきます』は、そのいのちを いただくことへの かんしゃのきもちをあらわします。

『ごちそうさま』は、しょくじができるまでに、いっしょうけんめいはたらいてくださった たくさんのひとへの かんしゃのきもちをあらわします。こころをこめて しっかりあいさつをしましょう。



にしみの(西美濃(2市6町))で つくられたものを たくさんつかっています!

- かいづしのしょくざい：・きゅうり ・しいたけ ・トマト ・なんのうみかん ・こめ ・あぶらあげ
- ・9日,19日ベーめん ・18日みかんジャム
- にしみののしょくざい：・だいこん ・こまつな ・グリーンねぎ ・チンゲンサイ ・もやし

ぎふけんのぎゅうにく・さかなです!

- ・16日：ぎふけんさんにじますのこうじやき
- ・19日：ひだぎゅうのすきやきふうに