
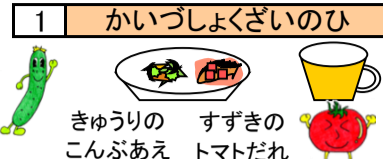


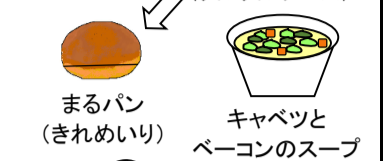

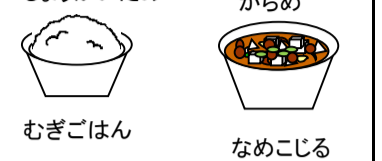
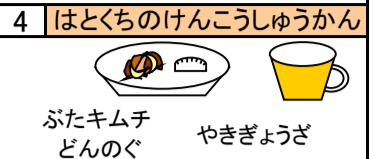





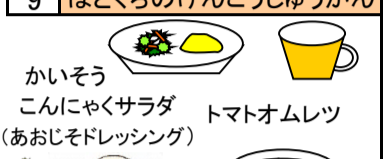

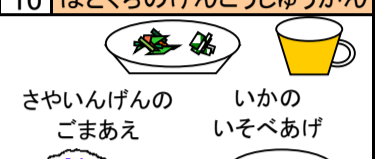







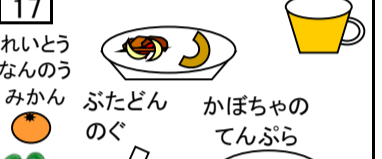





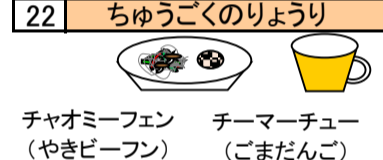



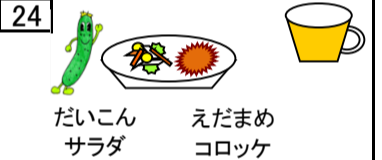
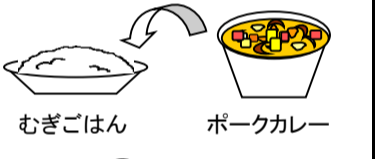



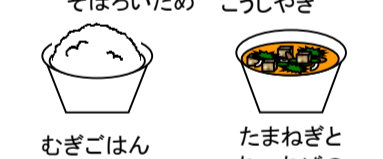




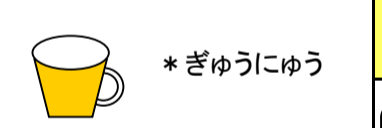
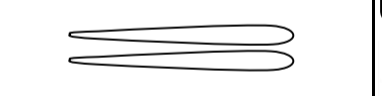
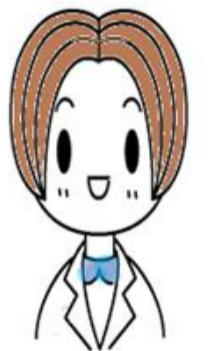


月	火	水	木	金
ぎょうしゃ はいそう 業者 配送  17日(木): れいとうなんのうみかん 25日(金): なつみかんゼリー	1 かいづしよくざいのひ  きゅうりの ずすきの こんぶあえ トマトだれ  むぎごはん モロヘイヤの ごみそしる エネルギー 378 kcal	2  ポテトソテー フィッシュフライ (タルタルソース)  まるパン (きれめいり) キャベツと ベーコンのスープ エネルギー 507 kcal	3  ピーマンの しょうがいため とりにくの レモンたれ がらめ  むぎごはん なめこじる エネルギー 453 kcal	4 はとくちのけんこうしゅうかん  ふたキムチ どんぐり やきぎょうざ  むぎごはん わかめと きのこのスープ エネルギー 407 kcal
	7 はとくちのけんこうしゅうかん  だいこんの あえもの ふたにくの あまみそがらめ  むぎごはん こんさいじる エネルギー 473 kcal	8 はとくちのけんこうしゅうかん  しんごぼうの きんぴら さわらの しょうがやき  むぎごはん なすの みそしる エネルギー 458 kcal	9 はとくちのけんこうしゅうかん  かいそう こんにゃくサラダ トマトオムレツ (あおじそドレッシング)  しょくパン カレースープ ブルーベリージャム エネルギー 443 kcal	10 はとくちのけんこうしゅうかん  さやいんげんの ごまあえ いかの いそべあげ  ゆかりごはん さわにわん エネルギー 401 kcal
14  あおなの おかかあえ とりにくの おろしかけ  むぎごはん じゃがいもの みそしる エネルギー 397 kcal	15  ひじきの いために ししゃもの ごまあげ  むぎごはん とうにゅうの みそしる エネルギー 482 kcal	16  しんごぼうの サラダ ポークソテー  くらしょくパン トマトたまご スープ エネルギー 459 kcal	17  れいとう なんのう みかん ふたどん のぐ かぼちゃの てんぷら  むぎごはん わかめと とうふの すましじる エネルギー 4510kcal	18 しよくいくのひ  きりぼしだいこんの ピリからいため あじのトマト あんからめ  むぎごはん (いたく) ひやじるふう みそしる エネルギー 467 kcal
21  たくあんあえ いわしのうめに  むぎごはん つくねじる エネルギー 448 kcal	22 ちゅうごくのりようり  チャオミーフェン (やきビーフン) チーマーチュウ (ごまだんご)  むぎごはん マーボーどうふ エネルギー 560 kcal	23  アスパラガスサラダ とりにくの レモンやき  こめこ しょくパン かぼちゃスープ エネルギー 437 kcal	24  だいこん サラダ えだまめ コロッケ  むぎごはん ポークカレー エネルギー 541 kcal	25  なつみかん ゼリー じゃがいもと ちくわの ツナのにももの てんぷら  うどん ごもくうどんの する エネルギー 483 kcal
28  なすの そぼろいため さけの こうじやき  むぎごはん たまねぎと あつあげの みそしる エネルギー 466 kcal	29  モロヘイヤの おひたし とりにくの なんばんづけ  むぎごはん とうがんじる エネルギー 427 kcal	30  キャベツと たまごのソテー スティック ハンバーグ  コッペパン (きりめいり) ポテトスープ エネルギー 443 kcal	*ぎゅうにゅう  *いえから せいけつなおはし をもってきましょう。 	

6がつはしよくいくげっかんです!

こどもえんのおともだち、つゆにはいり、じめじめとした むしあついひが つづきますが、げんきにとうえんしていますか?まいとし6がつは、くにがさだめる『しよくいくげっかん』です。こころも からだもけんこうで、げんきにすごすためには、「おいしく、たのしくたべる」ことがたいせつです。きゅうしよくでは、さまざまなたべものをつかい、いろいろなあじつけをします。ぎょうじしよくや きょうどりようりも、とりいれています。みんなでいっしょに、たべましょう。



4~10日は「はとくちのけんこうしゅうかん」です

・はごたえのあるたべものを たくさんつかいます。よくかんで たべましょう。

- <かいづしのしよくざい> ・きゅうり ・トマト ・なす ・しいたけ ・なんのうみかん ・たまねぎ ・モロヘイヤ ・こめ ・あぶらあげ
 <ぎふけんのしよくざい> ・だいこん ・チンゲンサイ ・こまつな ・ほうれんそう ・もやし ・きりぼしだいこん ・ふたにく ・だいず
 ・とうふ ・ぎゅうにゅう ・こめこ ・こむぎこ ・こんにゃく