

月	火	水	木	金
1 かいづしょくざいのひ キャベツのコンブあえ、しろみぎかなのあまずあん むぎごはん、モロヘイヤのみそしる エネルギー 425 kcal	2 かんこくふうにくじゃが、やきぎょうぎ むぎごはん、はるさめスープ エネルギー 404 kcal	3 ほうれんそうのソテー、ちくわのカレーあげ しょくパン、チキンピーズ エネルギー 429 kcal	4 じゃがいものきんぴら、とりにくのみそやき むぎごはん、ゆばのすましる エネルギー 421 kcal	5 たなばたこんだて たなばたデザート、あおなのナッツあえ、ほしがたコロッケ ミックスピラフ、あまのがわスープ エネルギー 483 kcal
8 じゃがいもとやさいのもの、ししゃものいそべあげ むぎごはん、なすとあつあげのみそしる エネルギー 442 kcal	9 ひじきのそぼろに、あつあげのわふうあん むぎごはん、ぐだくさんじる エネルギー 421 kcal	10 キャベツのサラダ、ぶたにくのりんごソースがらめ こめこしょくパン、ピーズスープ エネルギー 425 kcal	11 ぶたどんのぐ、かぼちゃのてんぷら むぎごはん、とうがんじる エネルギー 421 kcal	12 ごぼうサラダ、オムレツ ソフトめん、なつやさいカレーソース エネルギー 487 kcal
ぎょうしゃ はい そう 業者配送 5日(金): たなばたデザート	16 きりぼしだいこんのピリからいため、とうふハンバーグのおろしたれ わかめごはん、ペーめんじる エネルギー 420 kcal	17 カラフルポテト、とりにくのなんのうみかんソース しろしょくパン、キャベツとベーコンのスープ エネルギー 415 kcal	18 はるさめのちゅうかあえ、コーンしゅうまい むぎごはん、マーボー豆腐 エネルギー 439 kcal	19 しょくいくのひ こんにやくいり、いかのかいそうサラダ(あおじそドレッシング)、パセリあげ むぎごはん(いたく)、ポークカレー エネルギー 494 kcal
22 きゅうりのゆかりあえ、たまごやき むぎごはん、とりすきどんのぐ エネルギー 431 kcal	23 ごもくきんぴら、やき豆腐のにくみそかけ むぎごはん、おくらのすましる エネルギー 462 kcal	24 きゅうしょくおやすみ 	25 ほっかいどうのりょうり アスパラガスソテー、ザンギ むぎごはん、どさんこじる エネルギー 472 kcal	26 こまつなのおかかあえ、さけのみそマヨネーズやき むぎごはん、なつけんちんじる エネルギー 432 kcal
29 じゃがいものいためもの、はるまき むぎごはん、とうがんのごもじる エネルギー 451 kcal	30 えだまめ、ウインナー(2) むぎごはん、ドライカレー エネルギー 473 kcal	31 かほまめサラダ(ごまドレッシング)、しろみぎかなのマリネ コッパン、スパゲッティスープ エネルギー 448 kcal	*きゅうにゆうはまいにちつきます。 *おうちからせいけつなおはしをもってきましょう。	かいづしのたべもの ○あまながピーマン ○なす ○モロヘイヤ ○こめ(はつしも) ○ペーめん ○あぶらあげ ○なんのうみかんジャム しゅんのやさい ○かぼちゃ ○なす ○トマト ○とうがん ○きゅうり ○とうもろこし ○ピーマン ○いんげん ○モロヘイヤ ○アスパラガス ○おくら ○ズッキーニ

きゅうしょくのおはなし

『しゅんのたべもの』をしましょう!

なつがしゅんのたべものをあじわいましょう

こどもえんのおともだち、あついひがつづきますが げんきにすごしていますか? 7, 8がつのきゅうしょくには、なつがしゅんのやさいをたくさんつかいます。すいぶんがおおく、からだをひやしてくれます。また、あせでうしなわれるミネラルやビタミンをおぎなってくれます。

れいわ6ねんど かいづししょくいくのテーマ

いっしょにやさいをたべよう



* おいしくて、からだにもよいなつやさい! みんなでいっしょにたべてげんきいっぱいになろう!!

たなばたのぎょうじしょく

7がつ7かは『たなばた』です。たなばたは、むかしちゅうごくからつたわった「ほしのおまつり」です。きゅうしょくでは、ほしをイメージしたたべものをとりいれます。ほし★がどこにあるのか、みつけられるかな?

