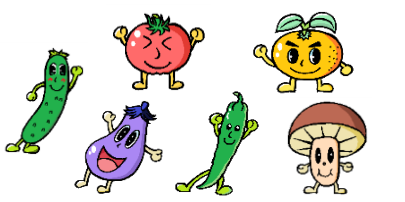
れいわ６ねんど

２がつ きゅうしょくこんだてひょう

かいづしがっこうきゅうしょくセンター

月	火	水	木	金
3 せつぶんのこんだて あおなのおひたし いわしのかばやきふう だいずごはん かぶのすましじる エネルギー 427 kcal	4 ぶたどんのぐ ちくわのいそべあげ むぎごはん とうふとわかめのみそしる エネルギー 448 kcal	5 ほうれんそうのソテー とりにくのはちみつロースト こめこしょくパン コーンポタージュ エネルギー 393 kcal	6 ぎふみかんゼリー ごもくきんぴら さけのさいきょうやき はくはん みぞれじる エネルギー 450 kcal	7 キャベツのサラダ さつまいもとれんこんのチップス むぎごはん トマトチキンカレー エネルギー 467 kcal
10 さといもとだいこんのにつけ しろみざかなのあんからめ はくはん ごまキムチじる エネルギー 428 kcal	業者配送（ぎょうしゃ はい そう） 6日：ぎふみかんゼリー かいづしのたべもの ○ きゅうり ○ あぶらあげ ○ トマト ○ こめ ○ なばな	12 カラフルポテト ハンバーグのトマトソース くろしょくパン キャベツスープ エネルギー 370 kcal	13 おからのいりに さばのたつたあげ むぎごはん こんさいみそしる エネルギー 488 kcal	14 なばなのナッツあえ オムレツ ソフトめん ツナトマトソース エネルギー 493 kcal
17 にしみのやさいのあえもの あつあげのにくみそがけ むぎごはん いとかまぼこのすましじる エネルギー 403 kcal	18 こんさいサラダ あげどりのレモンに コーンピラフ ポテトスープ エネルギー 461 kcal	19 しょくいくのひ フルーツミックス さといもコロッケ こがたパン やきそば エネルギー 495 kcal	20 やさいのナムル やきぎょうざ むぎごはん マーボーどうふ エネルギー 450 kcal	21 ひじきとツナのにもの ししゃものカレーあげ むぎごはん（いたく） ぐだくさんみそしる エネルギー 485 kcal
れいわ６ねんど かいづしのしょくいくテーマ いっしょにやさいをたべよう	25 カラフルあえ しろみざかなのみそがらめ むぎごはん のっぺいじる エネルギー 414 kcal	26 キャベツのソテー ささみフライ（ソース） しょくパン こんさいのポトフ エネルギー 417 kcal	27 きりぼしだいこんのいためにし あつやきたまご わかめごはん あつあげとはくさいのみそしる エネルギー 403 kcal	28 じゃがいものきんぴら だいずとこざかなのあげがらめ うどん カレーなんばん エネルギー 449 kcal



きゅうしょくのおはなし

『おはし』じょうずにもてるようになりたいね！

こどもえんのおともだち、おはしをただしくもつことができていますか？おはしは、にほんのしょくじをするための、たいせつなどうぐです。うつくしいはしづかいをすると、りょうりがたべやすくなり、ほかのひとにもよいいんしょうをあたえます。まいにちのしょくじで、おはしをじょうずにもって、つかえるようにれんしゅうしましょう。

せつぶんのぎょうじしょく

ことしのせつぶんは、２がつ２日（ふつか）です。「ふくはうち、おにはそと」と、ちからいっぱいまめまきをして、わるさをするおにをおいはらい、こうふくをよびこみましょう。

せつぶんは、はるをむかえるとくべつなぎょうじです。きゅうしょくでは『せつぶんのこんだて』として、だいずや、いわしをつかいます。

だいずからつくられるたべもの

せつぶんのまめまきにつかわれるだいずは、いろいろなしょくひんにかたちをかえてたべられています。２がつの きゅうしょくではだいずからつくられるたべものをたくさんとりいれます。