

月	火	水	木	金
<p>れいわ7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!</p>	<p>*きゅうにゅうは まいにちつきます。</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>こんげつのかいづしのたべもの</p> <ul style="list-style-type: none"> きゅうり ・トマト ・なんのうみかんジャム ・こめ(はつしも) ・あぶらあげ 	<p>1 かいづししょくざいのひ はちじゅうはちや</p> <p>きゅうりの こんぶあえ</p> <p>ちくわの おちやてんぷら</p> <p>むぎごはん</p> <p>トマトとじゃがいもの みそしる</p> <p>エネルギー 406 kcal</p>	<p>2</p> <p>じゃがいもの もの</p> <p>かつおフライ</p> <p>わかめごはん</p> <p>とうふの すましる</p> <p>エネルギー 450 kcal</p>
<p>5 こどものひ</p>	<p>こんげつのしゅんのたべもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アスパラガス ・おちや ・たけのこ ・みつば ・しよかキャベツ ・しんじゃがいも ・しんたまねぎ ・あじ ・かつお ・わかめ 	<p>7</p> <p>ほうれんそうと キャベツのソテー</p> <p>ツナオムレツ</p> <p>くろしよくパン</p> <p>ミートボールと やさいのスープ</p> <p>エネルギー 383 kcal</p>	<p>8</p> <p>ごしきあえ</p> <p>とりのからあげ</p> <p>むぎごはん</p> <p>いとかまぼこの すましる</p> <p>エネルギー 392 kcal</p>	<p>9</p> <p>ひじきの そばろに</p> <p>さばの こうみやき</p> <p>はくはん</p> <p>だいこんの みそしる</p> <p>エネルギー 449 kcal</p>
<p>12</p> <p>ぶたキムチどん のぐ</p> <p>コーンしゅうまい</p> <p>むぎごはん</p> <p>キャベツと はるさめのスープ</p> <p>エネルギー 379 kcal</p>	<p>13</p> <p>ごもくまめ</p> <p>おろし ハンバーグ</p> <p>はくはん</p> <p>わかたけじる</p> <p>エネルギー 412 kcal</p>	<p>14</p> <p>アスパラガスの ソテー</p> <p>しろみざかなの トマトだれ</p> <p>こめこしよくパン</p> <p>ポテトスープ</p> <p>エネルギー 377 kcal</p>	<p>15</p> <p>あかしそあえ</p> <p>ぶたにくの しょうがやき</p> <p>むぎごはん</p> <p>たまねぎの みそしる</p> <p>エネルギー 432 kcal</p>	<p>16</p> <p>ごぼう サラダ</p> <p>しんじゃがの からあげ</p> <p>ソフトめん</p> <p>やまぶきソース</p> <p>エネルギー 487 kcal</p>
<p>19 しょくいくのひ</p> <p>にしみの やさいのおひたし</p> <p>あつあげの わふうあん</p> <p>はくはん</p> <p>ぐだくさんじる</p> <p>エネルギー 389 kcal</p>	<p>20</p> <p>きりぼしだいこんの ピリからいため</p> <p>あじのレモンに</p> <p>むぎごはん</p> <p>とんじる</p> <p>エネルギー 452 kcal</p>	<p>21</p> <p>キャベツの ソテー</p> <p>しろみざかなフライ (タルタルソース)</p> <p>しよくパン</p> <p>ミネストローネ</p> <p>エネルギー 412 kcal</p>	<p>22</p> <p>しんじゃがの きんぴら</p> <p>とりにくの ねぎみそやき</p> <p>はくはん</p> <p>ふのすましる</p> <p>エネルギー 387 kcal</p>	<p>23</p> <p>チンゲンサイの ナムル</p> <p>はるまき</p> <p>むぎごはん (いたく)</p> <p>ちゅうか たまごスープ</p> <p>エネルギー 455 kcal</p>
<p>26</p> <p>もやしの サラダ</p> <p>いかフリッター</p> <p>むぎごはん</p> <p>ハヤシソース</p> <p>エネルギー 456 kcal</p>	<p>27</p> <p>やさいとぶたにくの いためもの</p> <p>とうふあげの そばろあん</p> <p>はくはん</p> <p>たぬきじる</p> <p>エネルギー 410 kcal</p>	<p>28</p> <p>フルーツ ミックス</p> <p>やさいコロッケ</p> <p>こがたパン</p> <p>やきそば</p> <p>エネルギー 493 kcal</p>	<p>29</p> <p>はるやさいの アーモンド あえ</p> <p>ミートボールの なんのうみかんソース</p> <p>コーンピラフ</p> <p>クリームスープ</p> <p>エネルギー 488 kcal</p>	<p>30</p> <p>にくじゃが</p> <p>いわしの かばやきふう</p> <p>むぎごはん</p> <p>あつあげと キャベツの みそしる</p> <p>エネルギー 476 kcal</p>

きゅうしょくのおはなし



きゅうしょくはいろいろなあしがいっぱい!

「きょうじしょく」についてしろう

5がつ1日(ついたち)は八十八(はちじゅうはち)やです

こどもえんのおともだち、まいにちのきゅうしょくをクラスのみんなといっしょに たのしくたべていますか? きゅうしょくは、たくさんのしゅるいのたべものを、いろいろなあじつけで、つくっています。まだ、たべたことがない、おいしいものであうことができます。すきなあじが、たくさんふえるといいですね。

♪なつも ち~かつく
は~ちじゅう はちや~♪
「はちじゅうはちや」ってきいたことがあるかな? おちやのはつぱがいちばんおいしいじきです。きゅうしょくでは、いびちやをつかった「ちくわのおちやてんぷら」をだします。おちやのふうみをあじわってね。

