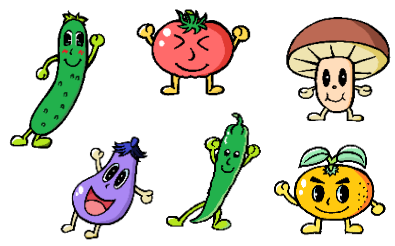
れいわ７ねんど

３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
2 かいづしょくざいのひ きゅうりと もやしのあえもの チキンカツ せきはん（ごましお） トマトと じゃがいもの みそしる エネルギー 416 kcal	3 ひなまつりこんだて ちらしずしのぐ はなの ハンバーグ はくはん とうふの すましじる エネルギー 410 kcal	4 キャベツの ソテー タラの レモンソース しょくパン クリームシチュー エネルギー 420 kcal	5 ごぼうとひきにくの いためもの さけの しおこうじやき むぎごはん はくさいの みそしる エネルギー 390 kcal	6 フルーツ あんにんどうふ シューマイ（2） ちゅうかあんかけ ソフトめん エネルギー 446 kcal
9 だいこんと あつあげのにもの さばの こうみやき むぎごはん えのきたけの すましじる エネルギー 403 kcal	10 みえけんのしょくじ なばなの おかかあえ よっかいち トンテキ むぎごはん わかめの みそしる エネルギー 383 kcal	11 ぼうさいのしょくじ きりぼし だいこんの サラダ きなこタッフィ こめこしょくぱん きゅうきゅう コーンポタージュ エネルギー 439 kcal	12 こんにゃくの きんぴら あつあげの そぼろあんかけ（2） むぎごはん だいこんの みそしる エネルギー 405 kcal	13 やさいたっぷり ぶたみそ どん じゃがいもの コロッケ むぎごはん（いたく） なめこじる エネルギー 467 kcal
16 いちごゼリー メダイの たつたあげ ごもくごはん たまねぎの みそしる エネルギー 516 kcal	17 かんこくふう にくじゃが ちくわの てんぷら むぎごはん だいこんの スープ エネルギー 419 kcal	18 ミルメーク グリーン サラダ ぶたにくと ポテトのグリル くろしょくパン カレースープ エネルギー 387 kcal	19 しょくいくのひ ひじきとだいずの にもの にくだんごの みかんソース むぎごはん こまつなの みそしる エネルギー 435 kcal	業者配送（ぎょうしゃ はい そう） 16日（月）：いちごゼリー 24日（火）：おいわいデザート
23 こうやどうふの たまごとじ ししゃもの こめこあげ むぎごはん とんじる エネルギー 453 kcal	24 そつえんいわいこんだて おいわい デザート もやしの ごまあえ とりにくの からあげ はくはん さくらかまぼこの すましじる エネルギー 531 kcal	25 カラフルポテト オムレツの デミグラスソース しょくパン キャベツのスープ エネルギー 390 kcal	そつえん・しんきゅう おめでとうございます！	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！



きゅうしょくのおはなし

いちねんかんのしょくじをふりかえりましょう！

こどもえんのおともだち、そつえんやしんきゅうをむかえるじきになりました。

みなさんは、たくさんのことができるようになったとおもいます。『たべること』についてもできることがふえました。

・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ることができましたか？

・しょくじのマナーをまもって、たべることができましたか？

・たくさんのしゅるいのたべものを、あじわうことができましたか？

これからも、たべることにきょうみをもって、すきなあじをふやしていきましょう。

3がつ3日（みっか） ひなまつりこんだて

『ひなまつり』は、おんなのこのすこやかなせいちょうをいわうぎょうじです。ひなにんぎょうをかざり、ちらしずし、はまぐりのおすいもの、ひしもちなどたべるぶんかがあります。きゅうしょくでは、ちらしずしをだします。いろどりのきれいなちらしずしのぐを、ごはんにまぜていただきましょう。

3がつ11にち ぼうさいのしょくじ

いまから15ねんまえに『ひがしにほんだいしんさい』がおこりました。さいがいがおきたときに、こまることのひとつがたべることです。きゅうしょくセンターには、ちょうりしなくても、そのままたべられるものがじゅんびされています。コーンポタージュもそのひとつです。あじわってみましょう。