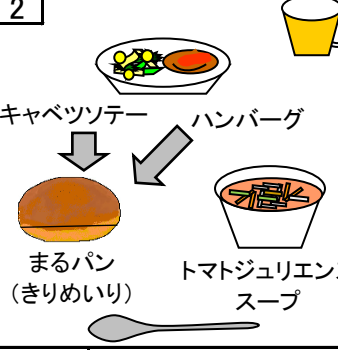
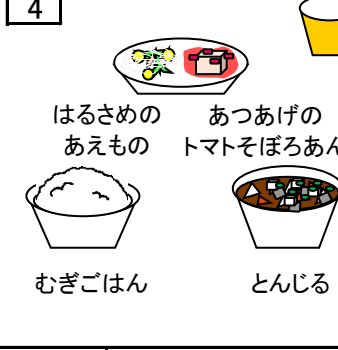
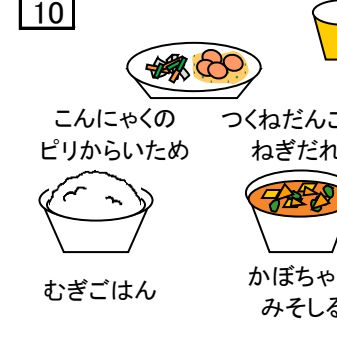
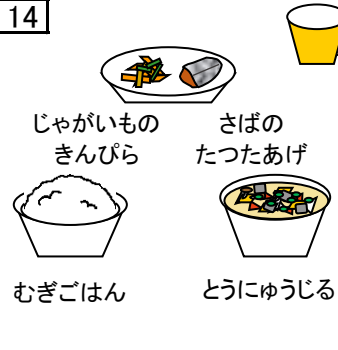
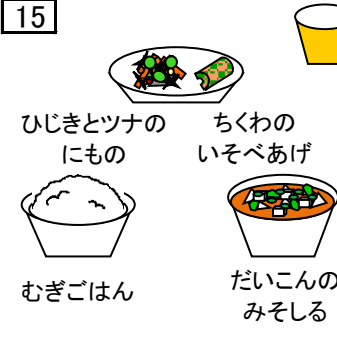
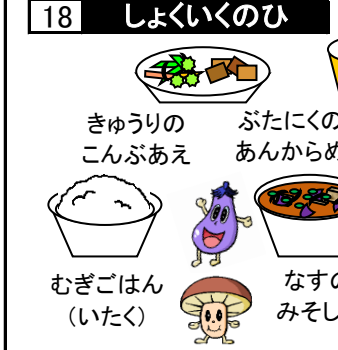
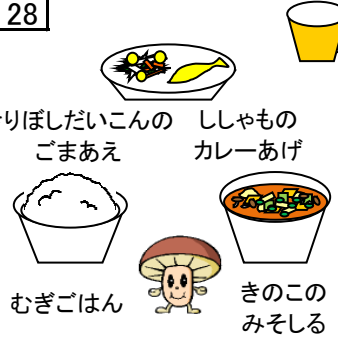


月	火	水	木	金
れいわ8ねんど かいづししょくいくテーマ よくかんで たべよう！ ゆっくりとかみましよう。たべもの のあじが、よくわかるようになりますよ。	1  フルーツ ミックス えだまめ コロッケ なつやさいカレー むぎごはん	2  キャベツソテー ハンバーグ まるパン (きりめいり) トマトジュリエンス スープ	3  たくあんあえ あじの なんばんづけ むぎごはん モロヘイヤの みそしる	4  はるさめの あえもの あつあげの トマトそぼろあん むぎごはん とんじる
	エネルギー 519 kcal	エネルギー 347 kcal	エネルギー 412 kcal	エネルギー 388 kcal
7  なすの みそいため とりにくの おろしかけ むぎごはん オクラの すましじる	8  ぶたキムチどんのぐ しゅうまい むぎごはん とうがんスープ	9  せんざり じゃがいもの サラダ くろしよくパン レタススープ	10  こんにゃくの ピリからいため むぎごはん かぼちゃの みそしる	11  ピーマンソテー だいずとござかなの あげがらめ ソフトめん カレーソース
エネルギー 488 kcal	エネルギー 361 kcal	エネルギー 403 kcal	エネルギー 420 kcal	エネルギー 518 kcal
14  じゃがいもの きんぴら さばの たつたあげ むぎごはん とうにゅうじる	15  ひじきとツナの にもの ちくわの いそべあげ むぎごはん だいこんの みそしる	16  だいずと キャベツのサラダ とりにくの スパイスやき こめこしよくパン かぼちゃスープ	17  タコライスのぐ オムレツ むぎごはん ポテトスープ	18 しょくいくのひ  きゅうりの こんぶあえ ぶたにくの あんからめ むぎごはん (いたく) なすの みそしる
エネルギー 456 kcal	エネルギー 431 kcal	エネルギー 432 kcal	エネルギー 434 kcal	エネルギー 459 kcal
*きゅうにゅうは まいにちつきます。 おうちから せいけつな コップをもってきましょう。 *おうちから せいけつな おはしをもってきましょう。	こんげつのかいづしのたべもの ・なす ・しいたけ ・こめ(はつしも) ・あぶらあげ こんげつのしゅんのたべもの ・トマト・かぼちゃ ・ピーマン ・モロヘイヤ ・きゅうり ・とうがん ・なす ・オクラ ・えだまめ ・さといも ・しいたけ ・しめじ ・あじ ・さんま ・さば	23 しゅうぶんのひ 	24  あおなの おかかあえ とりにくと こうや豆腐の みそがらめ むぎごはん ごもくじる	25 じゅうごやのこんだて おつきみ デザート さといもと こんにゃくの おつきみ たまごやき あかしそごはん とうがんの すましじる
エネルギー 424 kcal	エネルギー 461 kcal	エネルギー 454 kcal	エネルギー 454 kcal	エネルギー 412 kcal
28  きりぼしだいこんの ごまあえ ししやもの カレーあげ むぎごはん きのこの みそしる	29  じゃがいもの そぼろに さんまのにつけ むぎごはん わかめと だいこんの みそしる	30  フルーツ ナタデココ あげぎょうぎ こがたパン しおやきそば	きょうしゃ はい そう 業者 配送 25日(金): おつきみデザート	
エネルギー 424 kcal	エネルギー 461 kcal	エネルギー 454 kcal		

きゅうしょくのおはなし

あさごはんをたべましよう！

こどもえんのおともだち、まだまだあついひがつづきますが、げんきにすごしていますか？まいにち、あさごはんをたべてからとうえんしていますか？あさごはんは、いちにちをげんきにスタートするためのたいせつなしょくじです。あさごはんをたべて3つのスイッチをいれましよう。

- 1: **からだのスイッチ！** ➡ からだがあたたまり げんきになるよ
 2: **あたまのスイッチ！** ➡ あたまがはたらく エネルギーになるよ
 3: **おなかのスイッチ！** ➡ あさのうちに うんちがでやすくなるよ

9がつ25にちは

「じゅうごやのこんだて」です！



あきはつきがきれいで、おつきみをするのにいちばんよいきせつです。「じゅうごや」にはあきのしゅうかくにかんしゃするいみもあり、いもやおだんご、すすきをおそなえします。きゅうしょくでは、まんまるなおつきさまのようなたまごやき、さといもにこんにゃく・にんじん・えだまめのはいったにもの、うさぎもようのかまぼこがはいったとうがんのすましじる、おつきみデザートをだします。

