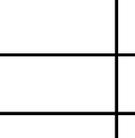


ひょう	よう	こんだてめい	ざいりょうめい			おやつ	
			ねつとちからになるもの	ちやくにくになるもの	からだのちようしをととのえるもの	ごぜん	ごご
1	か	にざかな(なまあげ)あわせみそしるちーず ごはん	こめ さとう	さかな なまあげ とうふ なまわかめ ちーず	しょうが たまねぎ しめじ はねぎ	おちゃ ごませんべい	ぎゅうにゅう ★きなこくりーむさんど
2	すい	にくやさしいためかきたますーび あじつけにぼし こっぺばん	こっぺばん さとう あぶら かたくりこ	ぶたももにく とうふ たまご あじつけにぼし	しょうが きゃべつ にんじん しめじ びーまん ほうれんそう	ぎゅうにゅう あられ	おちゃ ★あじさいみるく
3	もく	ちぎんかれー つなさらだ むぎごはん	こめ さとう むぎ さらだあぶら あぶら ぼたー じゃがいも こむぎこ	とりももにく すきむみるく つな	にんにく しょうが たまねぎ にんじん くりーんびーず きゃべつ あかびーまん きゅうり こーん	おちゃ くつきー	はっこうにゅう しおせんべい
4	きん	こうやどうふのたまごとし みそ汁 ごはん	こめ あぶら じゃがいも	こうやどうふ ちくわ たまご とうふ なまわかめ	にんじん たまねぎ さやえんどう えのきたけ はねぎ	おちゃ よーぐると	ぎゅうにゅう あんまき
5	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう しおせんべい	
7	げつ	じゃがいもとりにくのあげに ちゅうかきのこすーび れーずんろーる	れーずんろーる じゃがいも かたくりこ あぶら さとう	とりももにく とうふ	にんじん さやいんげん なめこ えのきたけ しめじ はねぎ	おちゃ おかき	★よーぐるとかんでん うえはーす
8	か	ごもくきんぴら しろみそしる ちーず ごはん	こめ あぶら いとこんにやく さとう しろごま ごまあぶら	とりももにく あげはん とうふ あぶらあげ なまわかめ ちーず	ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ	おちゃ ふる一つぜりー	ぎゅうにゅう ★おきなわふうどーなつ
9	すい	さかなのすりみあげ ちゅうかすーび みるくろーる	みるくろーる ばんこ さとう かたくりこ あぶら	しろみさかなすりみ とうふ たまご とりももにく	しょうが はねぎ もやし にんじん こーん きゃべつ ちんげんさい	ぎゅうにゅう びすけつと	ぎゅうにゅう ゆでとうもろこし
10	もく	とけいごはん ごまあえ みそしる	こめ あぶら さとう かたくりこ すりごま	ぶたひきにく ちくわ とうふ なまわかめ	しょうが にんじん はねぎ ぐりんびーず ほうれんそう きゃべつ たまねぎ	ぎゅうにゅう うえはーす	ぎゅうにゅう ★てづくりらすく
11	きん	ごもくだいず あわせみそしる ごはん	こめ さとう いたこんにやく	だいず とりむねにく きざみこんぶ とうふ なまわかめ	にんじん れんこん さやえんどう ほししいたけ たまねぎ しめじ	おちゃ ぶりん	★さわーどりんく くらっかー
12	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう ぱいがし	
14	げつ	ちぎんぴーんず どれっしんぐあえ しょくばん	しょくばん じゃがいも あぶら さとう さらだあぶら	だいず とりももにく ちーず	たまねぎ にんじん ぐりんびーず きゃべつ きゅうり	ぎゅうにゅう しおせんべい	ぎゅうにゅう ★こーんとうにゅうむしばん
15	か	にざかな(なまあげ)あわせみそしる ひとくちぜりー ごはん	こめ さとう	さかな なまあげ とうふ なまわかめ ちーず	しょうが たまねぎ しめじ はねぎ	おちゃ ごませんべい	ぎゅうにゅう かりんとう
16	すい	にくやさしいためかきたますーび あじつけにぼし こっぺばん	こっぺばん さとう あぶら かたくりこ	ぶたももにく とうふ たまご あじつけにぼし	しょうが きゃべつ にんじん しめじ びーまん ほうれんそう	ぎゅうにゅう あられ	おちゃ ★あじさいみるく
17	もく	あんかけちゃーはん(こーん) はるさめすーび よーぐると	こめ あぶら はるさめ かたくりこ	ぶたひきにく ろーすはむ よーぐると	こーん はねぎ たまねぎ にんじん しめじ はくさい さやえんどう	おちゃ おこし	★とうにゅうあつぷる くらっかー
18	きん	【あおぞららんち】 らっぷおにぎり さかなのたつたあげ ほいるやさい・ひとくちちーず	こめ しろごま かたくりこ あぶら じゃがいも	こんぶつくだに しろみさかな ひとくちちーず	しょうが にんじん ぶろっこりー	おちゃ よーぐると	おちゃ ★はるさめのそぼろいため
19	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう しおせんべい	
21	げつ	じゃがいもとりにくのあげに ちゅうかきのこすーび れーずんろーる	れーずんろーる じゃがいも かたくりこ あぶら さとう	とりももにく とうふ	にんじん さやいんげん なめこ えのきたけ しめじ はねぎ	おちゃ おかき	ぎゅうにゅう ★ばいんけーき
22	か	ごもくきんぴら しろみそしる ちーず ごはん	こめ あぶら いとこんにやく さとう しろごま ごまあぶら	とりももにく あげはん とうふ あぶらあげ なまわかめ ちーず	ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ	おちゃ ふる一つぜりー	ぎゅうにゅう ゆでとうもろこし
23	すい	さかなのすりみあげ ちゅうかすーび みるくろーる	みるくろーる ばんこ さとう かたくりこ あぶら	しろみさかなすりみ とうふ たまご とりももにく	しょうが はねぎ もやし にんじん こーん きゃべつ ちんげんさい	ぎゅうにゅう びすけつと	★ふる一つどりんく(いちご) うえはーす
24	もく	【たんじょうかい】 とりにくとごぼうのませごはん さかなふらい すましじる	こめ ばんこ さとう ぶ いとこんにやく あぶら ごまあぶら しろごま こむぎこ	とりももにく さかな とうふ なまわかめ	ごぼう にんじん みつば もやし たまねぎ はねぎ	おちゃ やさいせんべい	こうちゃ けーき
25	きん	ごもくだいず あわせみそしる ごはん	こめ さとう いたこんにやく	だいず とりむねにく きざみこんぶ とうふ なまわかめ	にんじん れんこん さやえんどう ほししいたけ たまねぎ しめじ	おちゃ ぶりん	ぎゅうにゅう のりまきせんべい
26	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう ぱいがし	
28	げつ	とりにくのてりに やさいすーび しょくばん	しょくばん さとう	とりももにく ろーすはむ	ぶろっこりー きゃべつ たまねぎ にんじん こーん ぐりんびーず	ぎゅうにゅう びすけつと	ぎゅうにゅう ★きゃろつとどーなつ
29	か	まーぼーなす ばんさんすう むぎごはん	こめ はるさめ むぎ さとう かたくりこ ごまあぶら あぶら	ぶたひきにく とうふ ろーすはむ	しょうが にんにく なす たまねぎ にんじん はねぎ もやし きゅうり	ぎゅうにゅう ほんせんべい	ぎゅうにゅう(100) くつきー めろんるい
30	すい	あんかけちゃーはん(こーん) はるさめすーび よーぐると	こめ あぶら はるさめ かたくりこ	ぶたひきにく ろーすはむ よーぐると	こーん はねぎ たまねぎ にんじん しめじ はくさい さやえんどう	おちゃ ごませんべい	ぎゅうにゅう ぱいがし



食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
 今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。
 おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

