



日	曜	おひるのきゅうしょく	3じのおやつ	あさのおやつ
1	木	ごはん・ぶたにくのしょうがやき・おかかピーマン・みそしる・ふりかけ	チヂミ むぎちゃ	クッキー ぎゅうにゅう
2	金	なつやさいかレー・バンサンスー・くだもの	たんじょうかいメニュー	マカロニきなこ ぎゅうにゅう
3	土	きつねうどん	えびせん むぎちゃ	ボーロ むぎちゃ
4	日			
5	月	とりのてりやきどん・すのもの・わかめスープ	くだもの・せんべい ぎゅうにゅう	ビスコ ぎゅうにゅう
6	火	しゃけとみつばのまぜごはん・あげのおひたし・だんごじる	きなこおはぎ むぎちゃ	ほしたべよ ぎゅうにゅう
7	水	ごはん・さといもとりにくのにももの・きゅうりのしおこんぶあえ・みそしる・なっとう	コーンマヨパン ぎゅうにゅう	くだもの・いりこ ヤクルト
8	木	あまからピラフ・マカロニサラダ・はるさめスープ・くだもの	チーズいりむしパン むぎちゃ	やさいかりんとう ぎゅうにゅう
9	金	ごはん・しゅうまい・やきビーフン・ちゅうかスープ・ふりかけ	ポテコ ぎゅうにゅう	フルーチェ ぎゅうにゅう
10	土	やきそば	ヨーグルト むぎちゃ	おにぎりせんべい ぎゅうにゅう
11	日	やまのひ		
12	月	ふりかえきゅうじつ		
13	火	キーマカレー・コンソメスープ	ハッピーターン むぎちゃ	しるこサンド むぎちゃ
14	水	マーボーどん・ちゅうかスープ	ベジタブル むぎちゃ	カルシウムウエハース むぎちゃ
15	木	わかめごはん・にくうどん	カルシウムせんべい むぎちゃ	えびみりん むぎちゃ
16	金	ごはん・にこみハンバーグ・おんやさい・みそしる・ふりかけ	とうにゅうもち ぎゅうにゅう	クッキー ぎゅうにゅう
17	土	わふうスパゲティー	ビスケット むぎちゃ	バナナ むぎちゃ
18	日			
19	月	ひまわりどん・キャベツとハムサラダ・そうめんのすましじる	てづくりにくまん ぎゅうにゅう	かめせん ぎゅうにゅう
20	火	ごはん・さかなのてりやき・なます・ぶたじる・なっとう	うどんかりんとう むぎちゃ	サブレ ぎゅうにゅう
21	水	パン・なつやさいのミートグラタン・コンソメスープ・くだもの・ジャム	おにぎり むぎちゃ	くだもの・いりこ ヤクルト
22	木	ごはん・チキンチキンごぼう・こまつなのゴマネーズあえ・みそしる・のり	たこやき むぎちゃ	せんべい ぎゅうにゅう
23	金	ごはん・こうやどうふのコロコロに・やみついきゅうり・みそしる・ふりかけ	アイスクリーム ぎゅうにゅう	コーンフレーク ぎゅうにゅう
24	土	ハヤシライス	ぽんがし むぎちゃ	ビスコ むぎちゃ
25	日			
26	月	ねばねばどん・ささみのゴマドレサラダ・みそしる	くだもの・ぶどうゼリー ぎゅうにゅう	カルシウムせんべい ぎゅうにゅう
27	火	ごはん・しゃけのバターやき・きりぼしだいこんのにももの・けんちんじる・なっとう	いきなりだんご むぎちゃ	しろいふうせん ぎゅうにゅう
28	水	ごはん・ちくぜんに・おひたし・なめこのみそしる・たくあん	ミニクロワッサン ぎゅうにゅう	バナナきなこ ヤクルト
29	木	やきぶたチャーハン・はるさめサラダ・とりだんごスープ	イタリアンおやき むぎちゃ	レーズンクッキー ぎゅうにゅう
30	金	ごはん・サクサクフレークチキンカツ・やさいサラダ・みそしる・ふりかけ	たべっこどうぶつ ぎゅうにゅう	サブレ ぎゅうにゅう
31	土	ミートソーススパゲティー	カステラ むぎちゃ	クラッカー むぎちゃ

裏面に食事だよりを記載しています。ご覧下さい。

※ひらがなで記載していますので、子どもさんと一緒にご覧下さい。

