






月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

しょく いく もく ひょう
食育目標 : しょくじ み っ
食事のマナーを身に着けよう 

4 みどりのひ 	5 こどものひ 	6 ふりかえきゅうじつ 	7 ごはん <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ごもくラーメン</u> <u>こまつなサラダ</u> <u>ふりかけ</u>	8 ごはん <u>ぎゅうにゅう</u> <u>かきたまじる</u> <u>さばのピリッとやき</u> <u>にんじんしりしり</u>
---	---	---	--	---

11 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>やさいたっぷりみそしる</u> <u>さけのふうみやき</u> <u>だいずのいそに</u>	12 <u>ミニコッペパン</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ミートスパゲティ</u> <u>アスパラサラダ</u>	13 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>おでん</u> <u>こまつなとぶたにくのにびたし</u>	14 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>にくだんごスープ</u> <u>マーボーどん</u>	15 <u>ミニパン</u> <u>あげパン</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ワンタン</u> <u>ぶたにくのごまふうみ</u>
--	---	---	--	---

18 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>だんごじる</u> <u>さばのごまみそやき</u> <u>こまつなとひじきのいために</u>	19 <u>さかいつここんだて</u> <u>コッペパン</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>さかいのたまねぎスープ</u> <u>ぶたにくのマスタードいため</u> <u>ヨーグルト</u>	20 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>みそしる</u> <u>コロッケ</u> <u>やさしいため</u>	21 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>にらたまスープ</u> <u>まぜたらチャーハン</u> <u>フルーツゼリー</u>	22 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>カレーうどん</u> <u>いそのサラダ</u>
--	---	---	--	--

25 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ぶたにくとやさいのしょうがに</u> <u>いわしのあまずかけ</u>	26 <u>ミニコッペパン</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ソーススパゲティ</u> <u>キャロットサラダ</u>	27 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>みそしる</u> <u>おやこどん</u> <u>あつあげのマヨソースやき</u>	28 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>カレーどうふ</u> <u>もやしとチンゲンさいのサラダ</u>	29 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ちゅうかコーンスープ</u> <u>あげシューマイ</u> <u>はるさめのいために</u>
---	--	---	--	--