



月	火	水	木	金
しょくいくもくひょう 食育目標 た  バランスよく食べよう 			3 ごはん <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ぶたじる</u> <u>たまごやき</u> <u>こうやどうふのふくめに</u>	4 ごはん <u>ぎゅうにゅうか</u> <u>ヤシライス</u> <u>えのきベーコン</u>
7 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅうや</u> <u>さいスープタ</u> <u>コライスふう</u>	8 <u>コッペパン</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>おしむぎいりとうにゅうスー</u> <u>プとりにくのレモンに</u>	9 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ごもくじる</u> <u>ぶたどん</u> <u>ミニフィッシュ</u>	10 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>しょうゆラーメン</u> <u>ンユーリンチー</u>	11 <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</u> <u>にやきししゃも</u> <u>きりぼしだいこんのいりに</u>
14 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>チャージャンどうふ</u> <u>はるさめのあまずに</u>	15 <u>ミニコッペパザ</u> <u>ゅうにゅう</u> <u>なすいりミートスパゲティ</u> <u>ビーンズサラダ</u>	16 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>サンラータン</u> <u>チンジャオロース</u>	17 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅうか</u> <u>ぼちゃのみそしるさ</u> <u>ばのしょうがに</u> <u>さんしょくあえ</u>	18 <u>ココアパン</u> <u>ぎゅうにゅうミ</u> <u>ネストローネ</u> <u>いかフリッター</u> <u>キャベツのソテー</u>
21 <u>けいろうのひ</u> 	22 <u>こくみんのきゅうじつ</u> 	23 <u>しゅうぶんのひ</u> 	24 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>つぼうさやき</u> <u>ギョーザ</u>	25 <u>つきみこんだ</u> <u>てごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>うつきみみそしる</u> <u>さけのしおこうじやき</u> <u>みたらしだんご</u>
28 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>とうがんのスープ</u> <u>ドライカレー</u> <u>ーグルト</u>	29 <u>ミニコッペパザ</u> <u>ゅうにゅう</u> <u>きのこスパゲティ</u> <u>ポテトサラダ</u>	30 <u>ごはん</u> <u>ぎゅうにゅう</u> <u>ごもくにゅうめん</u> <u>あかうおのあまずかき</u> <u>んぴらピーマン</u>		