



1がつこんだてひょう



	月	火	水	木	金	土
ちゅうしょく	<p>しんねんあけましておめでとうございます。</p> <p>こどもたちにも「きゅうしょく、おいしかった!」といってもらえるよう</p> <p>こころをこめてきゅうしょくをつくりまします。さむいひがつづきますが、えいようをかंगाえて</p> <p>おぞうにや、ななくさがゆなど、ぎょうじしょくをとりいれ、げんきにすごしたいとおもいます。</p>					4
おやつ						かやくうどん バナナ
ちゅうしょく	6	7	8	9	10	11
おやつ	ごはん チキンカレー フルーツあえ ぎゅうにゅう せんべい	かわりななくさがゆ ちくわのいそべあげ みかん ぎゅうにゅう メロンパン	ごはん さかなとやさいのケチャップあえ しいたけのすましじる のむヨーグルト まるぼうろ	ごはん いりたまご豆腐 チンゲンサイとあぶらあげのみそしる ぎゅうにゅう みかん	ごはん ぞうに ひじきとあぶらあげのために こけいヨーグルト あられ	イタリアンスパゲッティ コーンとキャベツの どうにゅうスープ ぎゅうにゅう クッキー
ちゅうしょく	13	14	15	16	17	18
おやつ	せいじんのひ 	ごはん さつまじる ひじきサラダ ぎゅうにゅう ホットケーキ (てづくり)	ごはん とりにくのからあげ ブロッコリー かぶのスープ ぎゅうにゅう クラッカー チーズ	ごはん がめに たまねぎとわかめのみそしる ぎゅうにゅう おかき おやついりこ	パン サーモンシチュー やさいサラダ ぎゅうにゅう サツマイモの-snack (てづくり)	かやくうどん バナナ ぎゅうにゅう クッキー
ちゅうしょく	20	21	22	23	24	25
おやつ	パン ボルシチ ツナサラダ ぎゅうにゅう どうにゅうもち (てづくり)	ごはん いりたまご豆腐 チンゲンサイとあぶらあげのみそしる ぎゅうにゅう みかん	ごはん さかなとやさいのケチャップあえ しいたけのすましじる のむヨーグルト まるぼうろ	ごはん チキンカレー フルーツあえ ぎゅうにゅう せんべい	ごはん さつまじる ひじきサラダ ぎゅうにゅう ホットケーキ	イタリアンスパゲッティ コーンとキャベツの どうにゅうスープ ぎゅうにゅう クッキー
ちゅうしょく	27	28	29	30	31	
おやつ	パン レバーとすりごまのやさしいため はくさいスープ ぎゅうにゅう サブレ	あずきごはん さかなのからあげ グリーンサラダ チンゲンサイとたまねぎのすましじる みかん プリン	パン ボルシチ ツナサラダ ぎゅうにゅう どうにゅうもち (てづくり)	ごはん とりにくのからあげ ブロッコリー かぶのスープ ぎゅうにゅう クラッカー チーズ	ごはん すりみだんごいりみそしる うのはなのいりに ぎゅうにゅう おかき おやついりこ	