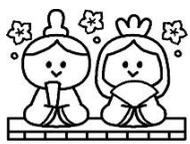
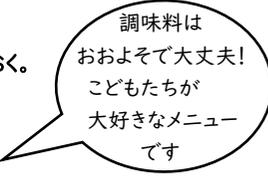




3がつこんだてひょう



	月	火	水	木	金	土
ちゅうしょく	<p>3がつ3かのひなまつりは、おんなのこがけんこうでげんきにそだつことをねがうひです。 ひなにんぎょうをかざるようになったのは「ひとがた」といっておんなのこにおこるわるいことを かわりにうけてもらうためといわれています。ほいくえんでは、シャケのちらしずしやてまりふの すましじる、ひなあられでひなまつりをおいわします。</p>					<p>1</p> <p>あんかけうどん バナナ ぎゅうにゅう せんべい</p>
おやつ						
ちゅうしょく	<p>3 たんじょうかい</p> <p>シャケちらしずし だしからあげ・ブロッコリー てまりふのすましじる</p>	<p>4</p> <p>ごはん あつあげのちゅうかふうにはるさめのすましじる</p>	<p>5</p> <p>ごはん・ブロッコリー とりにくのからあげしおこうじ チンゲンサイのすましじる</p>	<p>6</p> <p>ごはん・きゅうりもみ ひじきれんこんハンバーグ こまつなのみそしる</p>	<p>7</p> <p>ごはん・スナップエンドウ さかなのこうみあげ・トマト コーンスープ</p>	<p>8</p> <p>ミートスパゲッティ キャベツのスープ</p>
おやつ	<p>オレンジ カルピス ひなあられ</p>	<p>ぎゅうにゅう マカロニきなこ (てづくり)</p>	<p>ぎゅうにゅう マドレーヌ</p>	<p>ぎゅうにゅう あられ おやつこんぶ</p>	<p>ぎゅうにゅう まるぼうろ</p>	<p>ぎゅうにゅう かりんとう</p>
ちゅうしょく	<p>10</p> <p>パン かぼちゃシチュー マカロニサラダ</p>	<p>11</p> <p>ごはん マーボードウフ ちゅうかきゅうり</p>	<p>12</p> <p>パン チキンとやさいのトマトに わかめスープ</p>	<p>13</p> <p>ごはん ひきにくとコーンのカレー ツナサラダ</p>	<p>14</p> <p>ごはん・さつまあげ トマトときゅうりのサラダ ふのすましじる</p>	<p>15</p> <p>あんかけうどん バナナ ぎゅうにゅう せんべい</p>
おやつ	<p>ぎゅうにゅう サブレ</p>	<p>ぎゅうにゅう ふわふわプレーンパンケーキ (てづくり)</p>	<p>ぎゅうにゅう クラッカー チーズ</p>	<p>ぎゅうにゅう てつきょうかうエハース ビスケット</p>	<p>ぎゅうにゅう おかき おやつிரりこ</p>	
ちゅうしょく	<p>17</p> <p>ごはん はっぼうさい えのきとワカメのスープ</p>	<p>18</p> <p>ごはん・スナップエンドウ さかなのこうみあげ・トマト コーンスープ</p>	<p>19</p> <p>パン レバーとすりごまのやさしいため キャベツのスープ</p>	<p>20</p> <p>しゅんぶんのひ</p> 	<p>21</p> <p>ごはん・きゅうりもみ ひじきれんこんハンバーグ こまつなのみそしる</p>	<p>22</p> <p>しんねんどせつめいかい</p> <p>パンきゅうしょく</p>
おやつ	<p>ぎゅうにゅう ジャムサンド (てづくり)</p>	<p>ぎゅうにゅう まるぼうろ</p>	<p>ぎゅうにゅう オレンジ</p>		<p>ぎゅうにゅう あられ おやつこんぶ</p>	<p>ぎゅうにゅう クッキー</p>
ちゅうしょく	<p>24</p> <p>ごはん はっぼうさい えのきとワカメのスープ</p>	<p>25</p> <p>ごはん マーボードウフ ちゅうかきゅうり</p>	<p>26</p> <p>パン チキンとやさいのトマトに わかめスープ</p>	<p>27</p> <p>ごはん ひきにくとコーンのカレー ツナサラダ</p>	<p>28</p> <p>ごはん・さつまあげ トマトときゅうりのサラダ ふのすましじる</p>	<p>29</p> <p>ミートスパゲッティ キャベツのスープ</p>
おやつ	<p>ぎゅうにゅう ジャムサンド (てづくり)</p>	<p>ぎゅうにゅう ふわふわプレーンパンケーキ (てづくり)</p>	<p>ぎゅうにゅう クラッカー・チーズ</p>	<p>ぎゅうにゅう てつきょうかうエハース ビスケット</p>	<p>ぎゅうにゅう おかき おやつிரりこ</p>	<p>ぎゅうにゅう かりんとう</p>
ちゅうしょく	<p>31</p> <p>パン かぼちゃシチュー マカロニサラダ</p>	<p>☆マーボードウフレシピ☆(4人分)</p> <p>・とうふ 1ちょう(400g) ・しょうがじる 5g ・ぶたひきにく 80g ・ネギ(しあげにおのみで) ・にんじん 50g ・たけのこみずに 50g ・たまねぎ 50g ・かたくりこ 15g</p>				
おやつ	<p>ぎゅうにゅう サブレ</p>	<p>○ちようみりよう</p> <p>・しょうゆ 5g ・あかみそ 20g ・さとう 8g ・ケチャップ 5g</p> <p>☆作り方☆</p> <p>①野菜は小さ目の短冊に切って時短のためレンジで二分ほど加熱しておく。 豆腐は1cm角のさいの目切りに。 ②豚ひき肉を炒め生姜汁を加える。 ③次に野菜を入れ十分火が通ったら○の調味料を加える。 ④豆腐を加え、崩れないようかき混ぜ一煮立ちしたら水溶性片栗粉でトロミをつけて完成!</p>				



※おこさんといっしょに、こんだてひょうをよめるように、ひらがなとカタカナでかいています。

かたのほいくえん れいわ7ねん3がつ