６がつこんだてひょう

	げつ	か	すい	もく	きん	ど
ちゅうしょく	1 ごはん トマト キャベツのハンバーグ オニオンスープ	2 パン（いじょうじのみ） レバーミートスパゲッティ やさいスープ	3 ごはん とりにくのみそやき アスパラガス にんじん わかめとたまねぎのすましじる	4 ごはん にざかな きゅうりのごまあえ そうめんじる	5 ごはん さかなのなんばんづけ きゅうりもみ トマト えのきとにんじんのみそしる	6 ふれあい うんどうかい
おやつ	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう おやついりこ あられ	ぎゅうにゅう フルーツポンチ （てづくり）	のむヨーグルト かりんとう	ぎゅうにゅう サブレ	
ちゅうしょく	8 ごはん ぶたにくとやさいのしょうがやき とうふとあぶらあげのみそしる	9 ごはん だいずいりキーマカレー トマトとオクラのサラダ	10 ごはん バンサンスー チンゲンサイとひきにくのスープ	11 たんじょうびかい ガパオライス あおのりかおるとりささみフライ グリーンサラダ コーンスープ オレンジ こけいヨーグルト	12 ごはん てばさきのてりに こまつなとツナのちゅうかあえ キノコとわかめのちゅうかスープ	13 にくみそうどん バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう キャロットちゃん （てづくり）	ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう こくとうもち （てづくり）		ぎゅうにゅう おかき	ぎゅうにゅう まるぼうろ
ちゅうしょく	15 ごはん トマト キャベツのハンバーグ オニオンスープ	16 ごはん さかなのマリネ もずくじる	17 ごはん とりにくのみそやき アスパラガス にんじん わかめとたまねぎのすましじる	18 パン（いじょうじのみ） レバーミートスパゲッティ やさいスープ	19 ごはん ぶたにくとやさいのしょうがやき とうふとあぶらあげのみそしる	20 パン(いじょうじのみ) いためビーフン ワカメスープ
おやつ	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう せんべい チーズ	ぎゅうにゅう フルーツポンチ （てづくり）	ぎゅうにゅう おやついりこ あられ	ぎゅうにゅう キャロットちゃん （てづくり）	ぎゅうにゅう サブレ
ちゅうしょく	22 ごはん だいずいりキーマカレー トマトとオクラのサラダ	23 ごはん バンサンスー チンゲンサイとひきにくのスープ	24 ごはん ぶたにくのなんばんづけ ボイルキャベツ たまねぎとあぶらあげのみそしる	25 ごはん てばさきのてりに こまつなとツナのちゅうかあえ キノコとわかめのちゅうかスープ	26 ごはん にざかな きゅうりのごまあえ そうめんじる	27 にくみそうどん バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう こくとうもち （てづくり）	ぎゅうにゅう クッキー	ぎゅうにゅう おかき	のむヨーグルト かりんとう	ぎゅうにゅう まるぼうろ
ちゅうしょく	29 ごはん あつあげとこまつなのいためもの かぼちゃのみそしる	30 ごはん さかなのマリネ もずくじる				
おやつ	ぎゅうにゅう てつきょうかウエハース ビスケット	ぎゅうにゅう せんべい チーズ				

ガパオライスってどんなおりょうりか、しってる？

タイというあついくにの、「おにくのやさいいためごはん」だよ！
ひきにくとピーマン、たまねぎをこまかくきって、いためます。ほんばのあじつけは
ナンプラーやバジルだけどほいくえんでは、たべやすいようにおしょうゆとおさとうでアレンジして
あじつけしているよ！１１にちのおたんじょうびかいで、でるのでたのしみにしていてね！

かたのほいくえん　れいわ８ねん６がつ

※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。