

	げつ	か	すい	もく	きん	ど
ちゅうしょく	「いわしのまんてんあげ」って？ いわしのまんてんあげのこんだてめいは「えいようまんてん」であることにゆらい しています。イワシは「イワシひゃっぴき あたまのくすり」ということわざがある ほどえいようかのたかいさかなです。 きゅうしょくでは「えいようまんてんのイワシをたべて、げんきにがんばれるよう に」というおもいからこのなまえがつかわれているそうです。			1 ごはん とりにくのつくねやき トマト たまねぎのすましじる ぎゅうにゅう おかき おやつこんぶ	2 ごはん ちくぜんに もずくじる ぎゅうにゅう マカロニのきなこあえ (てづくり)	3 パン ソイミートペンネ えのきとキャベツのスープ ぎゅうにゅう せんべい
おやつ						
ちゅうしょく	5 パン はるさめとちりめんのあぶらいため こまつなとたまごのスープ	6 ごはん ごぼうとベーコンのいりに とうふとあおさのみそじる	7 ごはん チキンカレー かみかみサラダ	8 ごはん レパールのてりに ほうれんそうサラダ だいこんのみそじる	9 ごはん サバのケチャップに かぼちゃのふくめに チンゲンサイのすましじる	10 しるビーフン バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう とうふドーナッツ (てづくり)	ぎゅうにゅう クッキー	ぎゅうにゅう かりんとう	ぎゅうにゅう ヨーグルトサラダ	ぎゅうにゅう りんご(いじょうじ) せんべい(みまんじ)	ぎゅうにゅう サブレ
ちゅうしょく	12 スポーツのひ 	13 ごはん だんごじる ひじきとあぶらあげのいために のむヨーグルト ウエハース	14 ごはん マーボードウフ ちゅうかきゅうり ぎゅうにゅう くりむしパン (てづくり)	15 ごはん いわしのまんてんあげ ブロッコリーのおかかあえ わかめのすましじる ぎゅうにゅう クラッカー チーズ	16 ごはん ハヤシソース ひじきサラダ ぎゅうにゅう まるぼうろ	17 はっぴょうかい 
おやつ						
ちゅうしょく	19 ごはん ちくぜんに もずくじる	20 ごはん ごぼうとベーコンのいりに とうふとあおさのみそじる	21 ごはん とりにくのつくねやき トマト たまねぎのすましじる	22 てづくり べんとうのひ 	23 パン はるさめとちりめんのあぶらいため こまつなとたまごのスープ ぎゅうにゅう とうふドーナッツ (てづくり)	24 しるビーフン バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう マカロニのきなこあえ (てづくり)	ぎゅうにゅう クッキー	ぎゅうにゅう おかき おやつこんぶ			ぎゅうにゅう サブレ
ちゅうしょく	26 ごはん チキンカレー かみかみサラダ	27 たんじょうかい もりのごはん やさいサラダ ぶたヒレのたったあげ ふとわかめのすましじる	28 ごはん サバのケチャップに かぼちゃのふくめに チンゲンサイのすましじる	29 ごはん マーボードウフ ちゅうかきゅうり	30 ごはん いわしのまんてんあげ ブロッコリーのおかかあえ わかめのすましじる	31 ツナのしおやきそば えのきとわかめのスープ
おやつ	ぎゅうにゅう かりんとう	みかん ぎゅうにゅう プリン	ぎゅうにゅう りんご(いじょうじ) せんべい(みまんじ)	ぎゅうにゅう くりむしパン (てづくり)	ぎゅうにゅう クラッカー チーズ	ぎゅうにゅう

※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8ねん10がつ