

4月きゅうしよくこんだて

しょうがっこう
かいすう
11 かい

A
ちく

ごにゅうがく おめでとう ございます！

しょうがっこうのきゅうしよくは、
いろいろなめにゅうがあります。
とてもおいしいですよ。



おともだちやせんせいとたのしくたべましょう。
そして、げんきいっぱいにごしまししょう。

よろしくおねがいします！



きゅうしよくしつでは、ちょうりいんさんが、おいしいきゅうしよくを、こころをこめてつくります。
たのしみにしててくださいね！

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
<p>15</p> <p>えねるぎー 712Kcal たんぱくしつ 30.1g しじつ 25.8g</p> <p>やさいのいためもの とりにくのからあげ</p> <p>ごはん とうふのみそしる</p>	<p>16</p> <p>1ねんせい 2こ</p> <p>637Kcal 27.4g 20.2g</p> <p>しゅうまい</p> <p>こっぺばん やきそば</p>	<p>17</p> <p>703Kcal 20.8g 19.1g</p> <p>ふるうつよおぐると かけてたべる</p> <p>むぎごはん かれえらいす るう</p>	<p>18</p> <p>614Kcal 23.4g 15.9g</p> <p>そくせきづけ いわしのかばやき</p> <p>ごはん なんかんあげのこんさいじる</p>	<p>19</p> <p>686Kcal 23.1g 20.9g</p> <p>ぶろっこりい はんばあく(とまとそおす)</p> <p>ごはん こはんくりいむすうぶ</p>
<p>あかのなかま: とりにくとうふぎゅうにゅう きいろのなかま: こめこむぎこでんぶん みどりのなかま: きやべつにんじんねぎ</p>	<p>ぶたにくとりにくちくわぎゅうにゅう ばんこむぎこちゅうかめんあぶら きやべつもやしにんじん</p>	<p>ぎゅうにくよおぐるとぎゅうにゅう こめむぎこむぎこばたあじゃがいも たまねぎにんじんみかんばいんもも</p>	<p>いわしとりにくあぶらあげぎゅうにゅう こめこむぎこあぶらさとう きやべつぎゅうりにんじんごぼうしめじ</p>	<p>ぎゅうにくぶたにくなまくりいむぎゅうにゅう こめこむぎこばたああぶら とまとぶろっこりいたまねぎえのきしめじ</p>
<p>22</p> <p>608Kcal 25.5g 16.6g</p> <p>やさいのごまあえ さけのふらい</p> <p>なのはなごはん きのこじる</p>	<p>23</p> <p>660Kcal 23.7g 27.4g</p> <p>はわいあんみいとほおる</p> <p>みるくばん びいんずすうぶ</p>	<p>24</p> <p>577Kcal 20.1g 20.8g</p> <p>ぐりいんさらだ とまとおむれつ</p> <p>かれえびらふ おにおんすうぶ</p>	<p>25</p> <p>566Kcal 25.0g 12.8g</p> <p>ひじきのいためもの しろみざかなのごまみそやき</p> <p>ごはん かきたまじる</p>	<p>26</p> <p>631Kcal 26.3g 15.9g</p> <p>やさいのごもくに</p> <p>ごはん きりふたごののみそしる</p>
<p>さけたまごぎゅうにゅう こめこむぎこまきふごまあぶらさとう きやべつにんじんだいこんばしめじ</p>	<p>ぎゅうにくぶたにくとりにくぎゅうにゅう ばんこむぎこでんぶんじゃがいもあぶら たまねぎびいまんいんげんばいん</p>	<p>たまごえびべえこんぎゅうにゅう こめばたああぶら たまねぎきやべつぶろっこりにんじん</p>	<p>ほきたまごひじきあぶらあげぎゅうにゅう こめごまでんぶんあぶらさとう にんじんこまつなたまねぎしいたけ</p>	<p>とりにくあつあげあぶらあげみそ こめじゃがいもあぶらさとう にんじんいんげんきりぼしだいこん</p>

29

しょうわひ
昭和の日

ほいこうろう

ごはん
ちゅうかすうぶ

ぶたにくみそたまごぎゅうにゅう
こめでんぶんごまあぶらさとう
きやべつにんじんたまねぎちんげんさい

きゅうしよくが はじまるよ！

きゅうしよくじかんには、やくそくやるうが あります。
きちんとまもって、たのしいきゅうしよくじかんを ごしまししょう。

しよくじのあいさつを
しまししょう

よいしせいでたべまししょう

いただきます！

ごちそうさまでした！

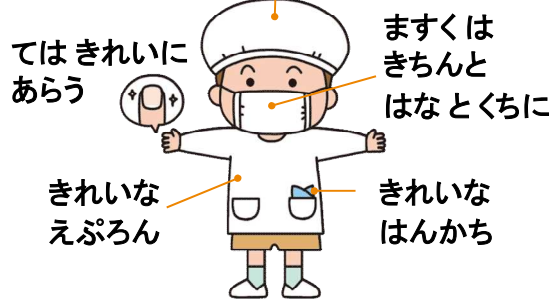
しよっきをもつてたべまししょう。

せすじびん！

あしのうらべた！

みじたくをしまししょう

かみのけがでないように



★えぶろんはせいけつなものをつかいまししょう

★よごれたらいえにもちかえり、せんたくしまししょう

★きんようびはかならずもちかえりまししょう

©学校行事や物資の都合により、献立が変わることがあります。