

4月きゅうしょくこんだて

小
給食回数
11回

B
地区

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ょくは、
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ごしましょう。

よろしくおねがいします！

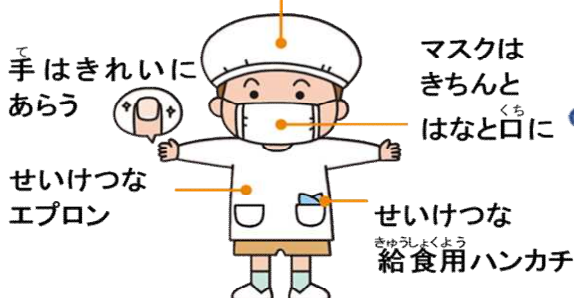


きゅうしょくしつでは、ちょうりいんさんが、おいしいきゅうしょくを、こころをこめてつくります。
たのしみにしててくださいね！

げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日
<p>15</p> <p>えねるぎーたんぱくしつ 590Kcal 20.5g 16.2g</p> <p>ほいこうろう</p> <p>ごはん ちゅうかすうぶ</p>	<p>16</p> <p>703Kcal 20.8g 19.1g</p> <p>ふるうつよおぐると</p> <p>かけてたべる</p> <p>むぎごはん かけえらいす</p>	<p>17</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>こっぺぱん やきそば</p>	<p>18</p> <p>686Kcal 23.1g 20.9g</p> <p>ぶろっこりい</p> <p>はんばあく(とまとそおす)</p> <p>ごはん こんべりいむすうぶ</p>	<p>19</p> <p>614Kcal 23.4g 15.9g</p> <p>そくせきづけ</p> <p>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>22</p> <p>712Kcal 30.1g 25.8g</p> <p>やさいのいためもの</p> <p>とりにくのからあげ</p> <p>ごはん とうふのみそしる</p>	<p>23</p> <p>577Kcal 20.1g 20.8g</p> <p>ぐりいんさらだ</p> <p>とまとおむれつ</p> <p>かけえびらふ おにおんずうぶ</p>	<p>24</p> <p>660Kcal 23.7g 27.4g</p> <p>はわいあんみいとほおる</p> <p>ミルクぱん びいんずうぶ</p>	<p>25</p> <p>631Kcal 26.3g 15.9g</p> <p>やさいのごもくに</p> <p>きりほけいこんのみそしる</p> <p>ごはん</p>	<p>26</p> <p>566Kcal 25.0g 12.8g</p> <p>ひじきのいためもの</p> <p>しろみざかなのごまみそやき</p> <p>ごはん かけたまじる</p>
<p>あかのなかま:ぶたにく たまご みそ きいろのなかま:こめ あぶら さとう みどりのなかま:きやべつ 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>ぶたにく とりにく ちくわ ぎゅうにゅう ぱん 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 ぶたにく なまクリーム 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>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 きゅうりにんじん ごぼう しめじ</p>
<p>29</p> <p>しょうわ ひ 昭和の日</p>	<p>30</p> <p>608Kcal 25.5g 16.6g</p> <p>やさいのごまあえ</p> <p>さけのふらい</p> <p>なのはなごはん</p> <p>きのこじる</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>きゅうしょくが はじまるよ！</p> <p>きゅうしょくじかんには、やくそくや るうが あります。 きちんと まもって、たのしい きゅうしょくじかんを ごごしましょう。</p>		

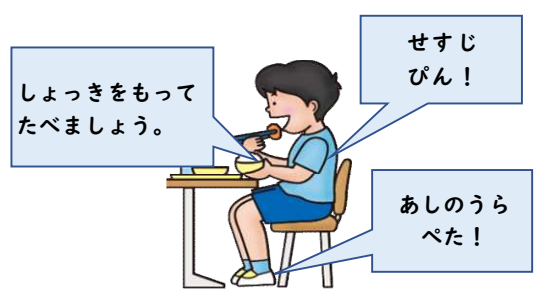
みじたくをしましょう

かみのけ毛が出ないように



しょくじのあいさつを
しましょう

よいしせいでたべましょう



- ★えぶろんはせいけつなものをつかきましょう
- ★よごれたらいえにもちかえり、せんたくしましょう
- ★きんようびはかならずもちかえりましょう

