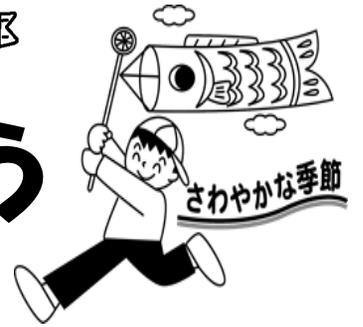


令和2年度



5月もりつけひょう



もくひょう

安全に運搬や後片付けをしましょう。

郡山市立桑野小学校

あさごはん、しっかりたべようね!



あたまがさえる



おなかが、めをさます



からだぽかぽか

☀ 朝ごはんを食べよう ☀ ①～④がそろった食事をしてね!

①パワーの源・主食
ごはん、パン、めん類、
シリアルなど



②筋肉や血の源・主菜
目玉焼き、焼き魚、
ハムステーキなど



③体の調子をととのえる・副菜
野菜サラダ、おひたし、
果物など



④汁物/飲み物
みそ汁、スープ、牛乳
など



月(げつ)

火(か)

水(すい)

木(もく)

金(きん)

25日



ぎょうざ

棒々鶏



八宝菜



26日



プリン



チキン
サラダ

ホワイト
シチュー



27日



菜の花のふりかけ

五目厚焼きたまご

ごまあえ



わかめ
のみそ汁



28日



黒糖パン

スパゲティ
サラダ

中華すい
とん



29日



豚肉の生姜焼き

ポテトサラダ



豆腐の
みそ汁

