

もくひょう
目標 いただいたべかたをしよう
 ・じょうずなはいぜんのしかたをおぼえよう
 ・しょっきのあとかたづけのしかたをおぼえよう



月	火	水	木	金
2 かつおのごまみそあえ こまつなのおひたし すましじる むぎごはん	3 けんぽうきねんび 憲法記念日 すましじる	4 みどりの日 すましじる	5 こどもひ 子供の日 すましじる	6 パンナコッタいちごソース とうふみそじる にくどん
9 ニューサマー オレンジ みそマヨネーズあえ さつまじる ひじきごはん	10 キムチづけ コーンシューマイ (1から3年生: 1こ 4年生から: 2こ) みそタンメン のかけじる ちゅうかめん	11 てづくりふりかけ ほうれんそうとたまご のあえ にくじゃが ごはん	12 まめサラダ ハンバーグトマトソース ポテト スープ コッペパン	13 さやえんどういり ごまふうみあえ さばみそに なんばんじる ごはん
16 なっとう わかたけに なまあげと なたまねぎ のみそじる ごはん	17 こまつなと キャベツのあえもの あぶらあげのはつけ きつねうどん のかけじる ソフトめん	18 ホイコーロー むしぎょうざ 1ねんせいから3ねんせい1こ 4ねんせいから6ねんせい2こ ちゅうかスープ むぎごはん	19 バンカン チキンサラダ コーンシチュー こくとうパン	20 ちくさあえ ささみレモンしょうゆかけ わかめのみそじる ごはん
23 ごますあえ こんさいじる そばろ ごはん	24 アセロラゼリー チーズサラダ マカロニの ミートソースに しょくパン	25 にらともやしの ラーゆあえ ショールンポー はっぼうさい ごはん	26 キャベツサラダ やさいコロッケ マカロニいり スープ パンズパン	27 ヨーグルト アスパラいりサラダ チキンカレーライス
30 ミニももゼリー こまつなの みそじる ソースカツどん しょくパン	31 ミニトマト ポテトサラダ ワンタンスープ しょくパン	<p>あさ 朝ごはんをしっかりと食べよう!</p> <p>おなかのめざまし</p> <p>脳のめざまし</p> <p>ウオームアップ からだのめざまし</p> <p>こころのめざまし</p>		



