


6月 もりつけひょう

月	火	水	木	金
こんげつのもくひょう えいせいにきをつけよう よくかんでたべよう 				1日  はるさめサラダ  ごはん  すぶた
4日 よくかんでたべましょう!   かみかみごはん  あさづけ いかのかりんあげ	5日  いそかあえ  てづくりじゃこでんごはん  とんじる	6日  わふうサラダ  じゃがいものにくみそソースかけ ごはん	7日  おひたし  ソイどん  かきたまじる	8日  かわちぼんかん  ひじきのマリネ  あさりのチャウダー  はちみつパン
11日 れいとうみかん  ナムル  ごはん  マーポー豆腐	12日  ゆかりあえ  ささかまぼこのいそべあげ ごもくうどん じこなうどん	13日  さばのたつたあげ  ひじきのちらしずし うずしおじる	14日 はっぴー ばーすでー HAPPY BIRTHDAY きゅうしょく 	15日  コールスローサラダ  マーメレードチキン  ミネストローネスープ こどもパン
18日  かぶときゅうりのしょうゆづけ  あじのおろしソースかけ にくもっそ	19日  くるみあえ  とりにくとじゃがいものさっぱりにごはん じゃこ	20日  シナモンポテト  パスカトーレヌパゲッティ ローンサラダ	21日  ごまあえ  じゃこふりかけ ごはん にく豆腐	22日  メンチカツ  ツナコーンピラフ こんにやくサラダ
25日 たらん シモンソースかけ  しょうさんぽあえ ごはん みそしる	26日 めんとまぜてたべましょう  ちゅうかサラダ  ぶしポテト ジャーチャーめん ちゅうかめん	27日  こまつなサラダ  さわらのさまみそかけ うめじゃこごはん	28日  さわやかサラダ  ツイストパン ぽーク ビーンズ	29日  そくせきづけ  ごぼうとマツのあまからあげ おやこどん

もりつけひょうが  のひは、  でたべるようにしましょう。

はし

はし