




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  とんじり	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  かきたまじり	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  うずしおじり	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  にくもつそ	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 	20日  シナモンポテト  パスカトーレスパゲッティ  ローンサラダ	21日  ごまあえ  じゃこふりかけ  にく豆腐 ごはん	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  しおさんぽあえ  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  むしポテト 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  ポークビーンズ	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