

2020ねん

# 5がつのこんだて

～せいかつリズムをととのえましょう～  
やすみがつづく と せいかつリズムが  
くずれがちです。まいにちげんきにすこせるように  
しっかりたべて やすみましょう。

わかばほいくえん

				1日 (金)	2日 (土)
				シチュー あおじそサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	けんちんうどん フルーツ
4日 (月)	5日 (火)	6日 (水)	7日 (木)	8日 (金)	9日 (土)
みどりのひ	こどものひ	ふりかえきゅうじつ	ビーフシチュー スパサラ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	むしどりのやさいマヨ かぼちゃてん きりぼしだいこんのナムル フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	とりすきどんふうに はるさめのちゅうかあえ フルーツ
11日 (月)	12日 (火)	13日 (水)	14日 (木)	15日 (金)	16日 (土)
からあげ だいこんのおかか コールスローサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・マカロニきなこ	にざかな にくじゃが ホーレンそうのおかかあえ フルーツ *~*~*~*~*~* ひじきおにぎり	とりのカレーこやき マカロニいため ちゅうかスープ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	ちゃんぼん シューマイ フルーツ *~*~*~*~*~* ヤクルト・ポテト	コロッケ きんぴらごぼう とさずあえ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・ハムロール	おやこに オレンジサラダ フルーツ
18日 (月)	19日 (火)	20日 (水)	21日 (木)	22日 (金)	23日 (土)
ポークチャップ こうやどうふのはさみに なたねあえ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	ポークカレー ゴマドレスパ フルーツ *~*~*~*~*~* ヨーグルト	やきそば きゅうりのしおこんぶあえ フルーツ *~*~*~*~*~* カミカミデー	しょうがやきどんふう ひやしちゅうかサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* さけおにぎり	さかなのフリッター かぼちゃに みそしる フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・きなこおはき	マーボーはるさめどん やさいのみそしる フルーツ
25日 (月)	26日 (火)	27日 (水)	28日 (木)	29日 (金)	30日 (土)
グラタン きりこんぶに きゅうりのゴマあえ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・ハッシュドポテライス	そうめん さけのつつみあげ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・フレンチトースト	さかなのちゃんちゃんやき ゆかりスパ もやしのナムル フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	くすだまむし ホーレンそうソテー みそしる フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	さかなのなんばんづけ にまめ マカロニサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・カレーパン	はっぼうさい マロニーのすもの フルーツ

