

2日(月) カツどんふう こまつなとじゃこのあえもの フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	3日(火) けんぼうきねんび	4日(水) みどりのひ	5日(木) こどものひ	6日(金) とりのゴマみそやき やきビーフン ミモザサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おさかなクッキー	7日(土) ブルコギどんふう ちゅうかスープ フルーツ
---	-------------------	----------------	----------------	--	--------------------------------------

9日(月) さかなのなんばんづけ かぼちゃに はるさめサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* やさいがゆ	10日(火) とりのパンこやき はくさいのにびたし れんこんサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* カミカミデー	11日(水) さかなのタルタルソース さといものそぼろに もやしのナムル フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・ハッシュドポテライス	12日(木) ポークカレー スパサラ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・こくとうフクレ	13日(金) すみれ・すずらん・れんげ べんとうのひ たんぼぼ とうふのきのこあん・しおやきそば ポパイサラダ・フルーツ	14日(土) かきたまあんかけうどん ミートボールに フルーツ
---	---	---	---	---	--

16日(月) からあげ きりぼしだいこんに ひやしちゅうかサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・シスコーン	17日(火) しょうがやきどんふう みそしる フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・たまごサンド	18日(水) にざかな おから さつまじる フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・ポテト	19日(木) おこのみやき こうやどうふのふくめに みそしる フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	20日(金) さんしょくどんふう そうめんじる フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・パン	21日(土) ミートボールシチュー キャベツのゴマずあえ フルーツ
--	--	---	--	---	--

23日(月) さかなのコーンマヨ マーボーはるさめ やさいのみそしる フルーツ *~*~*~*~*~* フルーツヨーグルト	24日(火) ぶたどんふうに あおじそサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	25日(水) ごもくうどん ポイルウィンナー フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	26日(木) くすだまむし ホーレンそうソテー オレンジスパ フルーツ *~*~*~*~*~* しゃけおにぎり	27日(金) さかなのあおりのあげ きんときまめ しらあえ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・チョコレート	28日(土) ちゃんぽん あげぎょうざ フルーツ
---	---	---	---	--	-----------------------------------

30日(月) さかなのカレーこやき あおじそパスタ ホーレンそうのごまドレサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・おかし	31日(火) はやしじる ポテトサラダ フルーツ *~*~*~*~*~* ぎゅうにゅう・ゴマだんご
--	--

2022ねん

# 5がつのこんだて

わかばほいくえん

やすみがつづくとき せいかつリズムがくずれがちです。  
まいにちげんきにすごせるように  
しっかりたべて やすみましょう。