やか4年度 5月後半 こんだてひょう 喜界町防災食育センター

令 和	中4年度	5月後千 /	e l'Us	COO	<u> </u>	防災食育センター
B	(曜)	16(月)	17 (火)	18 (水)	19(木)	20 (金)
		⑤ジョア ①牛乳	ぎゅうにゅう ①牛乳	(ろまめ) きゅうにゅう (多黒豆きなこクリーム ①牛乳	ぎゅうにゅう ①牛乳	⑤うまかってん ①牛乳
		きかな にがうり いそ か あ も	④ひじきじゃこふりかけ 牛乳	④チキンのトマトソース 牛乳	③レモンサワーキャベツ 牛乳	4にらの卵とじ 牛乳
こん	だて めい 対名					
1734	\ <u></u> -				Constant of the constant of th	
		きぎ ②麦ごはん ③みそ汁	②麦ごはん ③南瓜のそぼろ煮	②パン ③かみかみスープ	②チキンカレーライス	************************************
食	おもに	①ぎゅうにゅう ③あつあげ みそ ④タラ あおのり ⑤	①ぎゅうにゅう ③ぶたミンチ あつあげ	①ぎゅうにゅう ③ハム ひよ	①ぎゅうにゅう ②とりにく	①ぎゅうにゅう ③タラ とう ふ みそ ④たまご いとかま
品の体	体を作る	ジョア	さつまあげ だいずミート ④ひじき しらすぼし かつおぶし しおこんぶ	こまめ ④とりにく	②たまねぎ にんじん グリン	ぼこ ⑤うまかってん
内	おもに 体の調子を 整える	③たまねぎ にんじん きぬさ や ④にがうり	③かぼちゃ たまねぎ いんげん しいたけ いとこんにゃく	③たまねぎ にんじん れんこん えだまめ セロリ こんにゃく ④トマト)たまねぎ ピーマン	ピース ③キャベツ きゅうりコーン にんじん レモンかじゅ	③はくさい にんじん えのき たけ ねぎ ④にら ふかねぎ きくらげ
の働	おもに エ	②こめ むぎ © じゃがいも	 ②こめ むぎ ③さとう あぶ	②パン ③じゃがいも ④オ	つ ②こめ むぎ じゃがいも あ	②こめ むぎ ④あぶら ごま
き	ネルギーの もとになる	④こめこ あぶら きとつ	②こめ むぎ ③さとう あぶ ら ④さとう ごま	リーブゆ さとう ⑤くろまめ きなこクリーム	ぶら カレールー ③きとう	あぶら
	このねらい	にがうりについて知ろう	かぼちゃについて知ろう	だ液の働きを知ろう	味わって食べよう	にらについて知ろう
	とくちょ	にがうりは、沖縄ではゴー ょ どとく	かぼちゃは色の濃い夏野菜	よくかむと、だ液がたくさ で	わたしたちが食べ物を味わ とき かつやく した	にらはカロテンやビタミンB
1	× T	ヤーと呼ばれています。	で、カロテンやビタミンC (シー) が豊富です。喜界島で	ん出ます。だ猿と食べ物がよく混ざることで消化がよくな	う時に活躍するのが苦です。 ・	が りょうりょぐさい 1を多く含んだ緑黄色 野菜で とくらった かった す。 にら特有の強いにおいは,
		はいぶん 成分で、胃腸の働きを良くし	くとした。 それまでは、さか はかぼちゃの促成生産が盛ん	ります。また、だ液には殺菌	い」というものがたくさんあり	り。にら特情の強いにあいば、 りゅうか せいぶん 硫化アリルという成分によるも
		しなくが、たか。 こうか て食欲を高める効果があると	で、国内の他の生産地より早	はくひんちゅう ゆうがい 作用があり、食品中の有害な	ます。食べ物の細かい粒が,	ので,疲労回復の効果や,肉や
		いわれます。夏ばて予防に	く, 4月から5月に収穫しま	ものを減らす役割もありま	ががた。 水やだ液にとけて、味らいに	はなくな 魚の臭みをやわらげる効果があ おおむかし なか ちょ
		ぴったりですね。苦手な人も	す。収穫したかぼちゃを、選	す。やわらいものばかり食べ ************************************	とけ込むことで味がわかるの	ります。大き, にらはお腹の調 ります。大き, にらはお腹の調 シャッ くずり 子を整える薬として, おかゆに
A	9/00	挑戦して食べてみてくださ い。葉がよくしげるので, ケ	果場で大きさや外観で選ぶ いたからし、ま面をきれいにして箱に	ていたり、水分で競し込むような食べ芳をしていると、だ	です。昔い味・塩谷い味・酸っぱい味・酸っぱい味・苦い味など、い	まぜていたそうです。
E		リーソカーテンとしても利用されま	で、交面をされていたして相に ぜんご から しゅっか つめ、全国各地へ出荷しま	えた。 た。 た。 た。 た。 た。 た。 た。 た。 た。	あるが、 さいいなこ、 いっぱん かんな味を見つけてみましょ	
		ਰ 。	호 。		う。	
	ルギ-kcal ぱく質 g	小 677 中 861 幼 517 23.5 29.3 17.2	小 640 中 809 幼 518			
		1 /3:31 /9:31 1//	1 /401 3031 /04	1 2481 3021 195	l 2411 2961 199	1 2971 3571 247
	3 (曜)	23.5 29.3 17.2 23 (月)	24.6 30.3 20.4 24 (火)	24.8 30.2 19.5 25 (水)	24.1 29.6 19.9 26 (木)	29.7 35.7 24.7 27 (金)
		23(月) (5ヨーグルト(中のみ) ①牛乳	24(火)	25 (水)	26 (木)	27 (金) (S黒糖ピーンス゚(中のみ)①年乳
۔ م	ヨ(曜)	23(月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)
۔ م	3(曜)	23(月) (5ヨーグルト(中のみ) ①牛乳 (4根菜ハンバーグ 牛乳	24 (火) (サップにゅう () 牛乳 () () () () () () () () () () () () ()	25 (水) (1年乳 (4ポテトサラダ 年乳	26 (木)	27 (金) (5) 黒糖ヒーンス (中のみ) ①牛乳 (4) 鰹とこんにゃくの角煮 牛乳
۔ م	ヨ(曜)	23(月) (5)ヨーグルト(中のみ) ①牛乳 (小さい) (小さい	24 (火) (サップ (サリン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン	25 (水) (① 生乳 (① 本学 トサラダ 年乳 () (本学 ・	26 (木) (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳	27 (金) (⑤黒糖ピ-ンス゚(中のみ) ①牛乳 (少さ) かいま かくに (中のみ) ①生乳 (金) かいま (中のみ) ①生乳 (本) かくに (中の角素 生乳
こん 南	ヨ(曜) だてめい 大立名	23(月) (5)ヨーグルト(中のみ) ①牛乳 (4)根菜ハンバーグ (4)(水) (2)だこかう (2)だこんか (3)さつま汁	24 (火) (1) (土) (土) (土) (土) (土) (土) (土) (土) (土) (土	25 (水) (① 本乳 (① 本乳 (① 本乳 (② ミルクパン ③ ミートスパゲティ	26 (木) 26 (木) (1年乳 (3春巻き 牛乳 (2チャーハン (3タンメンスープ)	27 (金) □ (中のみ) ① (中のみ) ① (中のみ) ② (中のみ) (中のみ) (中のの角点 (中のの角点 (中のの角点 (中のの角点 (中のの角点 (中のの) を) (中ののの) (中のの) (中の
食品	ヨ(曜)	23(月) (5)ヨーグルト(中のみ) ①牛乳 (小さい) (小さい	24 (火) (サップ (サリン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン	25 (水) (① 生乳 (① 本学 トサラダ 年乳 () (本学 ・	26(木) 26(木) (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳	27 (金) (⑤黒糖ピ-ンス゚(中のみ) ①牛乳 (少さない) (中のみ) ①牛乳 (金) (中のみ) ①中乳 (本) (中のみ) (中のみ) (中乳 (本) (中のみ) (中乳 (本) (中のみ) (中乳
食品の体	3 (曜) だて ない おもに 体を作る おもに	23(月) (\$) (中のみ) (***) (中のみ)	24 (火) (1) (1) (1) (1) (2) (2) (2) (2) (3) (3) (4) (4) (4) (4) (5) (5) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7	25 (水) (① 本力) (① 本力) (① 本力) (② ミルクパン ③ ミートスパゲティ (① ぎゅうにゅう ③ ぎゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ (③ たまねぎ にんじん トマト	26 (木) (***********************************	27 (金) (⑤黒糖ピーンス゚(中のみ)①4乳 (⑥黒糖ピーンス゚(中のみ)①4乳 (④鰹とこんにゃくの角煮 牛乳 (変養ごはん ③若芥汁 (①ぎゅうにゅう ③とうふ あぶらあげ わかめ ④かつお(⑤こくとうビーンズ (中のみ)
食品の	3 (曜) だて 名 おもにる おもにる か問子を 整える	23(月) (5)ヨーグルト(中のみ) ①牛乳 (4)根菜ハンバーグ (4)までは、 (3)さつま汁 (1)ぎゅうにゅう ③とりにく あつあげ みそ ④こんさいハンバーグ (5)ヨーグルト(中のみ)	24 (火) ① 中乳 ② 上ではん ③ 下のの 柳川煮 ① きゅうにゅう ③ ぶたにく やながた でまご ④ にぼし だいす ③ たまねぎ にんじん ごぼう たけのこ こまつな	25 (水) ②まルクパン ③ミートスパゲティ ①きゅうにゅう ③きゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ ③たまねぎ にんじん トマトマッシュルーム グリンピース 4きゅうり にんじん コーン	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本	27 (金) (5) 黒糖ビーンズ (中のみ) ①キ乳 (金) ②素糖ビーンズ (中のみ) ①キ乳 (金) ②素ごはん ③若竹汁 (1ぎゅうにゅう ③とうふ あぶらあげ わかめ ④かつお ⑤こくとうビーンズ (中のみ) (3たけのこ だいこん にんじん もやし ねぎ ④こんにゃく えだまめ
食品の体内で	3 (曜) だて 名 おを おを おの調る はこっ ない なっ ない なっ なっ なっ なっ なっ なっ なっ なっ なっ なっ なっ なっ なっ	23(月) (\$) (中のみ) (***) (中のみ)	24 (火) (1) (1) (1) (1) (2) (2) (2) (2) (3) (3) (4) (4) (4) (4) (5) (5) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7	25 (水) ②まルクパン ③ミートスパゲティ ①ぎゅうにゅう ③ぎゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ ③たまねぎ にんじん トマトマッシュルーム グリンピース	26 (木) (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳 (1年乳	27 (金) (5) (中のみ) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1
食品の体内での働き	3 (曜) だて 名 おを おもにる 本を おもにる かあまる おもに おもに なった。 おもに なった。	23(月) (\$) (中のみ) (***) (中のみ)	24 (火) ① 中乳 ② 上 で で で で で で で で で で で で で で で で で で	25 (水) ②まルクパン ③ミートスパゲティ ①ぎゅうにゅう ③ぎゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ ③たまねぎ にんじん トマトマッシュルーム グリンピース 4きゅうり にんじん コーン ②パン ③スパゲティ オリーブゆ さとう ②じゃがいま	26 (木) (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本	27 (金) (5) 黒糖ビーンズ (中のみ) ①キ乳 (金) ②素糖ビーンズ (中のみ) ①キ乳 (金) ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※
(金) 食品の体内での働き(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	3 (曜) ながれる 体をおいるとは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	23(月) (\$) (ます) (ます) (ます) (ます) (ます) (ます) (ます) (ます	24 (火) ① (大) ② (大) ③ (大) ② (大) ② (大) ③ (大) ③ (大) ② (大) ③ (大) ③ (大) ② (大) ③ (大) ③ (大) ③ (大) ③ (大) ③ (大) ③ (大) ④ (大) ③ (大) ④ (大) ④ (大) ④ (大) ④ (大) ④ (大) ④ (大) ② (大) ④ (大)	25 (水) ②まルクパン ③ミートスパゲティ ①きゅうにゅう ③きゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ ③たまねぎ にんじん トマトマッシュルーム グリンピース 4きゅうり にんじん コーン ②パン ③スパゲティ オリーブゆ さとう ②じゃがいも ノソエッグ・マヨネーズ ドレッシック	26 (木) (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本	27 (金) ⑤黒糖ビーンズ(中のみ)①牛乳 「シューシンズ(中のみ)①牛乳 「シューシーンズ(中のみ)②表されにゃくの角煮 「きゅうにゅう ③とうふ あぶらあげ わかめ ④かつお。⑤こくとうビーンズ(中のみ)③たけのこ だいこん にんじん もやし ねぎ ④こんにゃく えだまめ ②こめ むぎ ④さとう ごまあぶら
(金) 食品の体内での働き(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	3 (曜) がエス おで おを おのえるもギニにる おルとこのる このわらい	23(月) (\$) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず	24 (火) (中乳 (中乳 (中乳 (中乳 (中乳 (中乳 (中乳 (中乳 (中乳 (中	25 (水) ②まルクパン ③ミートスパゲティ ①きゅうにゅう ③きゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ ③たまねぎ にんじん トマトマッシュルーム グリンピース 4きゅうり にんじん コーン ②パン ③スパゲティ オリーブゆ さとう ひじゃがいも パソェッグ マョネーズ ドレッシッグ スパゲティについて知ろう イタリアのめん類をパスタと呼びます。大きく、マカロ	26 (木) (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本乳 (本	27 (金) ⑤黒糖ビーンズ(中のみ)①牛乳 ⑥黒糖ビーンズ(中のみ)①牛乳 ※整定こんにゃくの角煮 ***********************************
(金) 食品の体内での働き(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	3 (曜) ながれる 体をおいるとは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	23(月) (\$) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず) (まず	24 (火) ① 中乳 ② 上ではん ③ 豚肉の柳川煮 ② まごはん ③ 豚肉の柳川煮 ① きゅうにゅう ③ ぶたにくたまご ④ にぼし だいず ② たまご ④ にぼし だいず ② たまねぎ にんじん ごぼうたけのこ こまつな ごきつかせい あぶら さとう かせいあぶら さとう かがれた とじょうを製き、ささがきごぼうとしょう ゆで煮て頭でとじた「柳川	25 (水) ②ミルクパン ③ミートスパゲティ ①ぎゅうにゅう ③ぎゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ ③たまねぎ にんじん トマトマッシュルーム グリンピース グラショートの にんじん コーン グリンアッグ マョネーズ ドレッシッグ スパケティについて知ろう イタリアのめん類をパスタと呼びます。大きく、マカロニなどのショートパスタとス	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	27 (金) (S) 無糖ビーンズ (中のみ) ① 牛乳 (金) (金) (中のみ) ① 牛乳 (金) (金) (中のみ) ② 牛乳 (金) (金) (本の角煮 (金) (本の角煮 (金) (本の角煮 (金) (本の角煮 (本の) (本の角煮 (本のの角煮 (本のの角煮 (本の) (本の角煮 (本のの角煮 (本のの角煮 (本のの角煮 (本のの角煮 (本のの) (本のの角煮 (本の角煮 (本のの角煮 (本のの)) (また) (本のの) (また) (また) (また) (また) (また) (また) (また) (また
(金) 食品の体内での働き(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	3 (曜) ながれる 体をおいるとは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	23(月) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑)	24 (火) ① 中乳 ② はん ③ 下の でかがた。 ② まごはん ③ 下の でがた。 ② まごはん ③ 下の でがた。 ③ たまでは、 ごぼうにいず ③ たまねぎ にんじん ごぼうたけのこ ごまつな でもとうかせい かららい でいて知るうがらいて知るうでは、 ささがきごとしょう ゆで がきごとした。 「柳川煮について知るう」では、 さまで頭でとじた。 「柳川村」は がきごとした。 ががらいまれました。 ががらいた。 がずがらいた。 でがいからいた。 では、 でがいからいた。 でがいからいた。 では、 できないた。 では、 できないた。 でがいからいた。 では、 できないた。 でがいからいた。 では、 できないた。 できないた。 できないたいた。 できないたいた。 できないたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいた	25 (水) ① 本学 (水) ② まルクパン ③ まートスパゲティ ① ぎゅうにゅう ③ ぎゅうミンチ ぶたミンチ ごなチーズ ③ たまねぎ にんじん トマトマッシュルーム グリンピース 4きゅうり にんじん コーン グリン コーン グリンアッグ マネーズ ドレッシッグ マネーズ ドレッシッグ マネーズ ドレッシッグ スパゲティについて知ろう イタリアのめん類をパスタと呼びます。 大きく、マカロニなどのショートパスタとスパゲティなどのロングパスタ	26 (木) ②春巻き ②チャーハン ③タンメンスープ ①ぎゅうにゅう ②ぶたにくたまご ③とりにく とうふ ②ふかねぎ えだまめ ③キャベッ たまねぎ にんじん に ②こめ むぎ あぶら ③タンメぶら あぶら ④はるまき あぶら かきに、 管をとこいて知ろう 苦、 神宮の 宮廷にでなる おをでった ごちそうを 用意していました。 響響はその時に、 に作られた	27 (金) (⑤黒糖ビーンズ (中のみ) ① ギャラにゅう (⑤黒糖ビーンズ (中のみ) ① キ乳 (金) ※ こんにゃくの角煮 キ乳 (金) ※ こんにゃくののみ) (金) ※ こんにゅくとうだっと、 こんにゃくについて知ろう (本) ※ こんにゃくは、コン (本) ※ こんにゃくは、コン (本) ※ こんにゃくは、コン
(金) 食品の体内での働き(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	3 (曜) ながれる 体をおいるとは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	23 (月) (๑ヨーグルト(中のみ) ①ギ乳 (少様菜ハンバーグ (中のみ) ②きつま汁 (少養ごはん ③きつま汁 (少養ごはん ③きつま汁 (少まりにいハン) (中のみ) (少まりにいん) (中のみ) (少まりにいたけ こんにゃく) (少さいたけ こんにゃく) (少さいたけ こんにゃく) (少さいたけ こんにゃく) (少さいたけ こんにゃく) (少さいたけ こんにゃく) (少さいたけ こんにゃく) (少さいたがらいたがらいまりだきがらいます。 (一般) (小さいたけ では) (小さいたけ では) (小さいたがらいまりだきがらいた。 (別きを) (小さいたがらいまりだきいわれた。 (別きを) (小さいまりだきいわれた。 (別きを) (小さいまりだきいわれた。 (別きを) (小さいまりだきいわれた。 (別きを) (小さいまりだきいわれた。 (小さいがはじまりだきいわれた) (中のがはじまりだきいわれた) (中のがはじまりだきいわれた) (中のがはじまりだきいわれた) (中のかはじまりだきいわれた) (中のかはじまりだきいわれ	24 (火) ① (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ④	25 (水) ②ミルクパン ③ミートスパゲティ ①ぎゅうにゅう ③ぎゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ ③たまねぎ にんじん グリンピース ②きゅうり にんじん グリンピース ②パン ③スパゲティ オリーブゆ さとう ②じゅがいま ドレッツグ フォース イタリアのめん類をパスタと呼びます。 大きく、マカロニなどのショートパスタとスパゲティなどのロングパスタ に分けられます。スパゲティも巻さや形でさらに何種類も	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	27 (金) (金) (金) (金) (金) (金) (本) (本)
こ 食品の体内での働き 献	3 (曜) ながれる 体をおいるとは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	23 (月) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑) (๑)	24 (火) ① (水) ① (水) ②	25 (水) ②ミルクパン ③ミートスパゲティ ①まからにゅう ③まなチースパゲティ ①ぎゅうにョンチースパゲティ ①きゅうう ③まな レンコーン グリンコーン でもおいし のじん グリンコーン ではまり でいます。 ドレッシック マネーズ マスカロ スパゲティについて知ろう イタリアのめん類をパスタと呼びます。 オートパスタと アカロニなどのショートパスタとスパゲティなどのショートパスタと、アカロニなどのショートパスターと、アカナられます。 おんだっさい たがます。 おんだっさい たがます。 おんだっさい たんから ます。 給食で使うものは	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	27 (金) (S) 無糖ビーンズ (中のみ) (中のもと) (中のみ) (中ののみ) (中のののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中のののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中ののみ) (中のののみ) (中ののののみ) (中ののののみ) (中のののののののののののののののののののののののののののののののののののの
(金) 食品の体内での働き(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	3 (曜) ながれる 体をおいるとは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	23 (月) (๑) (中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラニー・カルト(中のよう (カラニー・カルト) (カラニー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド	24 (火) ① (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ④ (水) ③ (水) ④	25 (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ② (水)	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	27 (金) (s) ##:
(金) 食品の体内での働き(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	3 (曜) ながれる 体をおいるとは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	23 (月) (⑤ヨーグルト(中のみ) ① ***********************************	24 (火) ① (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ③ (水) ② (水) ③ (水) ② (水) ③ (水) ④ (25 (水) ②ミルクパン ③ミートスパゲティ ①まからにゅう ③まなチースパゲティ ①ぎゅうにョンチースパゲティ ①きゅうう ③まな レンコーン グリンコーン でもおいし のじん グリンコーン ではまり でいます。 ドレッシック マネーズ マスカロ スパゲティについて知ろう イタリアのめん類をパスタと呼びます。 オートパスタと アカロニなどのショートパスタとスパゲティなどのショートパスタと、アカロニなどのショートパスターと、アカナられます。 おんだっさい たがます。 おんだっさい たがます。 おんだっさい たんから ます。 給食で使うものは	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	27 (金) (金) (金) (金) (本) (本) (本) (本)
全 食 品 の 体内 で の 働き 献 ひ こ	する (曜) おかれる (本整) おかれる (本を) おかれる (まずに) かん (まずに)	23 (月) (๑) (中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラニーウルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラー・カルト(中のみ) (カラニー・カルト(中のよう (カラニー・カルト) (カラニー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カー・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド・カルド	24 (火) ① (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ④ (水) ③ (水) ④	25 (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ② (水)	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	27 (金) (⑤黒糖ビーンズ (中のみ) ① ***********************************
(金品の体内での働き 献 ひ)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)(本)<th>すべる 体整 おから ちもに この とく はない ない ない ない とく はい ない とく はい ない とく はい ない とく はい はい はい</th><th>23 (月) (⑤ヨーグルト(中のみ) ① ***********************************</th><th>24 (火) ① (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ④ (水) ④</th><th>25 (水) ②ミルクパン ③ミートスパゲティ ①まからこう ごまなチートスパゲティ ①きゅうにミンチ ぶたき にんじん グリンコーン ②パン ③スパゲティ オリーブゆ ごさとう ドレッツツ マヨネーズ ドレッツツ スパゲティについて知ろう イタリアのめん類をパスタと呼びます。 大きく、マカロニなどのショートパスタとスパゲティなどのロングパスタに分けられます。 お後でさらにからます。 給食できるいができるらにかっちれまっています。 おります。 です。</th><th>26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)</th><th>27 (金) (金) (金) (金) (本) (本) (本) (本)</th>	すべる 体整 おから ちもに この とく はない ない ない ない とく はい ない とく はい ない とく はい ない とく はい はい	23 (月) (⑤ヨーグルト(中のみ) ① ***********************************	24 (火) ① (水) ① (水) ② (水) ③ (水) ④	25 (水) ②ミルクパン ③ミートスパゲティ ①まからこう ごまなチートスパゲティ ①きゅうにミンチ ぶたき にんじん グリンコーン ②パン ③スパゲティ オリーブゆ ごさとう ドレッツツ マヨネーズ ドレッツツ スパゲティについて知ろう イタリアのめん類をパスタと呼びます。 大きく、マカロニなどのショートパスタとスパゲティなどのロングパスタに分けられます。 お後でさらにからます。 給食できるいができるらにかっちれまっています。 おります。 です。	26 (木) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	27 (金) (金) (金) (金) (本) (本) (本) (本)