

4がつ

こんだて

<p>4/9 (月) ゼウレヤウ おやこどくぶり こはく 糸紅白ゼリー</p>	<p>4/10 (火) パン ゼウレヤウ ポ-ワランフ (-食44ヤツ) ミニトマト クリームシチュー</p>	<p>4/11 (水) ゼウレヤウ せよはん ぶたじろ 豚汁 ヨーグルト</p>	<p>4/12 (木) レズパン ゼウレヤウ ビ-フンソテ- ギョ-ザ</p>	<p>4/6 (金) 牛乳 かつおほろろ どはん みそ汁</p>	
<p>4/16 (月) ゼウレヤウ ビ-フカレー フルーツシークス</p>	<p>4/17 (火) パン (マ-シャルビ-派) ポトフ みか果汁</p>	<p>4/18 (水) どはん ゼウレヤウ マ-ボ-とらふ しゃけ 魚汁 しおやき</p>	<p>4/19 (木) エルパン ゼウレヤウ スパゲティソテ- 4キンカツ</p>	<p>4/20 (金) ゼウレヤウ けいはん アセロラミルク</p>	
<p>4/23 (月) どはん ゼウレヤウ 灰じやが ちくわのどろがめ</p>	<p>4/24 (火) パン ゼウレヤウ はろほうさい (チル-マラー-シヤム) はろまき</p>	<p>4/25 (水) どはん ゼウレヤウ どむくきくびら さかな 魚みそ</p>	<p>4/26 (木) 食パン ゼウレヤウ ドライカシ-サンド かさねみそ汁</p>	<p>4/27 (金) どはん ゼウレヤウ 七切大根の煮ゆ 日向夏みかん</p>	
<p>4/30 (月) 花 花 花 (振替休日)</p>	<p>三つのグループの たべものを 毎日かならず たべましょう</p>			<p>4/28 (土) かわい ・にく ・さかな ・にゅうせいひん (牛乳、チーズ、ヨーグルト) ・まめ、まめせいひん ・かいそう</p>	<p>4/29 (日) かわい ・やさしい ・くだもの ・きのこ</p>

からだの熱や力を作る たべもの

からだの血や肉になる たべもの

からだのちようじをよくなる たべもの