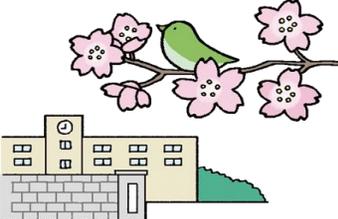


B 4月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。
 ☆「直送品」がある日は色がついています。

月	火	水	木	金
----------	----------	----------	----------	----------



きゅうしよく じゅんぴ
給食の準備

どうが
動画はこちら



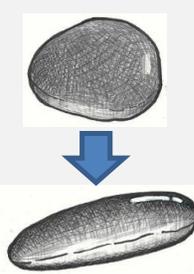

こんだてカレンダーのみかた

どうが動画は



こちら→

まいにち も はしは毎日持ってきましょう

<p style="text-align: center;">ひ はしマークの日は、</p> <p style="text-align: center;">つか はしを使いましょう。</p> <hr/> <p style="text-align: center;">ひ スプーンマークの日に</p> <p>スプーンを くば 配りましょう。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">お知らせ</p> <p>こめこ どうにゅう 米粉豆乳パンの形が まる かんたから 丸い形から おな かんたから コッペパンと同じ形に か 変わります！</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">12</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">いとこんにやく のチャプチェ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">にくだんごの てりやき (4こくらい)</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">とうふの みそしる</div> </div> <p style="font-size: small;">チャプチェは韓国朝鮮料理の一つです。今日のチャプチェは春雨の代わりに糸こんにやくを使っています。 にくだんごのてりやきの「4こくらい」はめやすです。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">13</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">スラッピー ジョー</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">フレンチ ポテト</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">コッペパン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ウイナーと レタスのスープ</div> </div> <p style="font-size: small;">「スラッピージョー」は、アメリカで生まれた料理です。ジョーさんが考えたのでこの名前がついたそうです。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">14</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">しろみざかなの フリッター (4こくらい)</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">コール スロー サラダ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ポーク カレー ライス シチュー</div> </div> <p style="font-size: small;">しろみざかなのフリッターは「ほね」にちゅうい！「4こくらい」はめやすです。</p>
<p style="text-align: center; font-weight: bold;">17</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">こんにやくと まいたけの いために</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">えんどうまめの かきあげ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">わかたけ じる</div> </div> <p style="font-size: small;">春においしいえんどう豆をいろいろ良くかきあげにしました。教室に配布しているメモを見てください。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">18</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ベーコンと アスパラガスの ソテー</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">とりにくの オニオン ソースかけ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">コッペ パン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">とうふいり ごまとうにゅう スープ</div> </div> <p style="font-size: small;">アスパラガスは、春においしい野菜の一つです。地面から出た若い芽の部分を食べます。そのまま成長すると、人間の背たけくらいになります。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">19</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ささみと ブロッコリーの サラダ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">あつあげの ねぎソース かけ (4こくらい)</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">なめし</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ぶた じゃが</div> </div> <p style="font-size: small;">「厚あげのねぎソースかけ」のソースには、白ねぎと生が入っています。 あつあげのねぎソースかけの「4こくらい」はめやすです。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">20</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">アロエいり フルーツ ミックス</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ミンチ カツ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">コッペ パン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">キャロット シチュー</div> </div> <p style="font-size: small;">アロエは「医者いらず」とよばれ薬にも使われています。アロエベラという種類のアロエが食べられています。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">21</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ぎゅうにくの しぐれに</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">たまご やき</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ぶた じる</div> </div> <p style="font-size: small;">「しぐれに」は生が入れたつくだにのこです。今日のしぐれには牛肉とたけのこをあまからくにてつくりました。</p>
<p style="text-align: center; font-weight: bold;">24</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">みかん ゼリー</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ハート ハンバーグ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">コッペ パン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ミート スパゲティ</div> </div> <p style="font-size: small;">1年生の給食が始まります。ゼリーの空き容器は、重ねて食べ残しと一緒にビニールぶくろにまとめて入れてください。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">25</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ちゅうか サラダ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">とりにくの カレーあげ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">こめこ とうにゅう パン</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">コンソメ スープ</div> </div> <p style="font-size: small;">給食で人気の「とりにくのからあげ」をカレー粉でアレンジしました。カレー粉には食欲を増す働きがあります。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">26</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">きりぼし だいこんの サラダ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ちくわの いそべあげ</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">すいとん じる</div> </div> <p style="font-size: small;">すいとんは、小麦粉を水で練ってかたまりにし、手でちぎったり団子状に丸めたりしたものです。すいとんはよくかんで食べましょう。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">27</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ミニ やきそば</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">やさい シュウマイ (2こ)</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ロールパン 2こ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">とうもろこしの スープ</div> </div> <p style="font-size: small;">ミニ焼きそばは人気メニューの一つです。キャベツやにんじん、もやしなど、たくさんの野菜が入っています。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">28</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">プチプチ サラダ</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ひとくち いかてんぷら (4こくらい)</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">ごはん</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">つくねだんご のみそしる</div> </div> <p style="font-size: small;">ひとくちいかてんぷらはよくかんで食べましょう。 ひとくちいかてんぷらの「4こくらい」はめやすです。</p>

※カレンダーに書いている「〇こくらい」は低学年の目安です。重さで量って入れているので、学年や大きさによって数が変わることがあります。
 転載元:『家庭とつながる！新食育ブック④食の自立』監修/小川万紀子 少年写真新聞社刊