令和7年度

**細胞食だより

※都合により献立が変量になることがあります。

曲利本挂市立字<u>吉小学校</u>

※都合により駅立か変更になる	火	水	木	金
		=	·	
3⊟	4日 - **・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	58	6E	7日
	ごはん・牛乳	ハヤシライス	背割りコッペパン・牛乳	00
	焼き餃子	学 のうとゆう 牛乳	製田県産ポークウインナー	
ぶんかのひ	豚コマプルコギ	ミモザサラダ	ツナサラダ	わかめのみそ光
	キムチスープ	4C7)	かぼちゃ入りシチュー	サワーゼリー
文化の日	プルコギは、朝鮮半島の代表	ミモザサラダは、たまごの贄	今日の豁食は、セルフドック	明白、11月8日は118の
XICVID	商な関類型のひとつで、醤油 ベースで替首の下鉄をつけた	身を使って、 花のミモザのように盛り付けたサラダのこと	メニューです。ウインナーや サラダを、好きなようにパン	語名合わせで、「いい歯の で きゅうしょく しょくもつせん 日」です。給食でも、食物繊
	薄切りの牛肉を、野菜や春雨	です。今日はたまごがミモザ	に挟んで、自分だけのオリジ	は、 とう。 に及 と し、 とんでん とんどん 単
	と一緒に焼いたり煮たりする	の花、キャベツ、きゅうり、	ナルドッグを作って食べま	カルシウムたっぷりのサワー
	朝鮮料理です。プルは	ブロッコリーが、ミモザの	しょう。パンの ^で は、しっか	ゼリーを出しています。よく
		葉っぱを表現しています。	り手洗いをして食べましょ	噛むことを意識して食べてみ ましょう。
105	です。	105	う。	1.15
10B	11B	12 日	13⊟	14日 っくだに ぎゅうにゅう
わかめごはん・牛乳	ごはん・牛乳	ごはん・ふりかけ・牛乳	みそラーメン	ごはん・のり価煮・牛乳
鶏肉のマーマレード焼き	サバの和風カレー煮	ハンバーグ	牛乳	厚焼き卵
ビーンズサラダ	大根のそぼろ煮	野菜ソテー	チキンサラダ	筑前煮
<u></u> 小松菜のみそ汁	かきたま汁	わかめスープ	原宿ドッグ(ココアバナナ)	キャベツのみそ汁
マーマレード焼きは、鶏肉に	さばといえば「みそ煮」が入気	日本は四方を海に囲まれた島	はうじゅく 原宿ドッグとは、学校給食用	統計煮とは、鶏肉と野菜、こ
マーマレードジャムを下端で	ですが、	国であるため、大昔から海藻	のデザートで作られた商品名	んにゃくなどを溜で炒め、管 幸く味付けした煮物で、溜筒
つけて焼いたものです。 資欲をそそる柑橘系のさわやかな	い様付けにしました。さばに	が食べられてきました。わか めはミネラルが多く、ヘル	のことで、際常発祥ではな く、当時の流行の最先端だっ	県の競散地方の撤光料理で
があ 香りは、集中力を高める効果	は、茂萇囏のみなさんに苀切	シーな食材として、みそ汁や	た原宿のイメージと「ホット	す。地域の名前から、筑前煮
があります。しっかり食べて	な栄養がたくさん気っていま	スープ、サラダとしても食べ	ドッグ」の食べやすさを合わ	と∳ばれるようになったそう
午後の授業も頑張りましょ	す。	られています。	せて付けられた茗前です。	です。
ī.				
う。 				2.5
17日	18B	19B	20日	21日
17日 キムチチャーハン・牛乳	ごはん・牛乳	ごはん・牛乳	、************************************	ビビンバ丼
17日 キムチチャーハン・ 学 乳 ツナ和え		ごはん・学乳 ² ヤンニョムチキン	^{・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・}	ビビンバ <mark>丼</mark> キ乳 牛乳
17日 キムチチャーハン・牛乳	ごはん・牛乳	ごはん・牛乳	、************************************	ビビンバ <mark>丼</mark> キ乳 牛乳
17日 キムチチャーハン・革乳 ツナ和え 肉質学スープ プリン	ごはん・予覧 ² ぶりの背章揚げ煮 おひたし さつま汗	ごはん・学乳 ² ヤンニョムチキン	来物パン・弾乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテー ポトフ	ビビンバ <mark>丼</mark> キ乳 牛乳
17日 キムチチャーハン・牛乳 ツナ和え 肉質テスープ プリン キムチチャーハンは、韓国料	ごはん・年乳 ぶりの音楽揚げ煮 おひたし さつま汁 さつま汁な、名前の通り、さ	ごはん・作乳。ヤンニョムチキン ・豊もやしの塩ナムル 白菜のスープ ヤンニョムチキンは、番ばし	来物パン・背翼・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテー ポトフ 来粉パンは普通のパンと違	ビビンバ丼 牛乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓
17日 キムチチャーハン・作乳 ツナ和え 肉質学スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キ	ごはん・年乳 ぶりの背空揚げ素 おひたし さつま汁 さつま汁 さつまれた 名前の通り、さつまいもを入れた真だくさん	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 豆もやしの塩ナムル 白菜のスープ ヤンニョムチキンは、暑ばし く揚げた鶫肉に、コチュジャ	来物パン・半乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテー ポトフ 来物パンは普通のパンと違 い、もちもちした資感としっ	ビビンバ丼 牛乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓 国語で『混ぜる』という意味
17日 キムチチャーハン・作乳 ツナ和え 肉面をスープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 選のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれ	ごはん・牛乳 かい	ごはん・作乳。ヤンニョムチキン ・豊もやしの塩ナムル 白菜のスープ ヤンニョムチキンは、番ばし	来物パン・半翼・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは普通のパンと違い、もちもちした後感としっ とり態を跳わうことができま	ビビンバ丼 中乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、輸 国語で『混ぜる』という意味 です。 給食でも、ビビンバの
17日 キムチチャーハン・作乳 ツナ和え 肉質学スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キ	ごはん・年乳 ぶりの背空揚げ素 おひたし さつま汁 さつま汁 さつまれた 名前の通り、さつまいもを入れた真だくさん	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 豊 もやしの塩ナムル 音菜のスープ ヤンニョムチキンは、	来物パン・半乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテー ポトフ 来物パンは普通のパンと違 い、もちもちした資感としっ	ビビンバ丼 牛乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓 国語で『混ぜる』という意味
17日 キムチチャーハン・作乳 ツナ和え 肉質学スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれ ています。ボックムパブは、 炒めるという意味の「ポック ム」とご飯を意味する「パ	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁 さつま汁 さつまり 名前の通り、さっまいもを入れた真だくさん のみそ汁のことで、施児島県 は、普「薩摩」と呼ばれていたことと、さつまいもを使う	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 意 もやしの塩ナムル 白菜のスープ ヤンニョムチャンは、 番ばしく場けた 鶏肉に、 コチュジャンやニンニク、 砂糖などから作る「ヤンニョム」という合わせ 調味料を絡めた、 韓国で 大人気のフライドチャン料理	来物パン・洋乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは普通のパンと違い、もちもちした後感としっとり感を味わうことができます。米粉パンは発酵が難し	ビビンバ丼 牛乳 キンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓 国語で『混ぜる』という意味 です。 給資でも、ビビンバの 真とごはんを丼にしているの
17日 キムチチャーハン・牛乳 ツナ和え 肉面をスープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 理のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれています。ボックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉で	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁は、名前の遙り、さつま汁は、名前の遙り、さつまいもを入れた真だられた。 施児島県の麹子料理です。施児島県は、晋「薩摩」と呼ばれていたことと、さつまいもを使うことからこの名前がついたそ	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 豊 もやしの塩ナムル 音菜のスープ ヤンニョムチキンは、	米粉パン・牛乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 米粉パンは普通のパンと違い、もちもちした後感としっとり感を味わうことができます。米粉パンは発酵が難しく、開発に時間がかかったそ	ビビンバ丼 キュープ キンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓 国語で『混ぜる』という意味 です。 給食でも、ビビンバの 具とごはんを丼にしているの で、混ぜて食べてみましょ
17日 キムチチャーハン・学乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 選のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれ ています。ボックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。	ごはん・牛乳 ぶりの背や 揚げ煮 おひたし さつま汁 名前の通り、さつま汁は、名前の通り、さつまいもを入れた真だくさんのみそ汁のことで、鹿児島県の郷土料理です。鹿児島県は、晋「薩摩」と呼ばれていたことと、さまいもを使うことからこの名前がついたそうです。	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 意もやしの塩ナムル 白菜のスープ ヤンニョムチキンは、番ばしく揚げた鶏肉に、コチュジャンやニンニク、砂糖などから作る「ヤンニョム」という合わせ調味料を絡めた、韓国で大人気のフライドチキン料理です。	来物パン・半乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来粉パンは普通のパンと違い、もちもちした後感としっとり感を味わっことができます。来粉パンは発酵が難しく、開発に時間がかかったそうです。感謝していただきましょう。	ビビンバ丼 キュープ キンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓 歯話で『遠ぜる』という意味 です。 給食でも、ビビンバの 真とごはんを弁にしているの で、遠ぜて食べてみましょ う。
17日 キムチチャーハン・牛乳 ツナ和え 肉面をスープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 理のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれています。ボックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉で	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁 さつま汁 さつま汁 さつまけん 名前の通り、さつまいもを入れた真だら鳥鳥 の郷主料望です。 庭児島県 は、 智 「薩摩」と呼ばれていたことと、 さつまいもを使うことからこの名前がついたそうです。	ごはん・作乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、番ばしく揚げた鶏肉に、コチュジャンやニンニク、砂糖などから作る「ヤンニョム」という合わせ調味料を絡めた、韓国で大人気のフライドチキン料理です。	来物パン・半乳・りんごジャム ほうれん 草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは普通のパンと選い、もちもちした後感としっとり感を味わうことができます。来物パンは発酵が難しく、開発に時間がかかったそうです。感謝していただきましょう。	ビビンバ丼 牛乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓 国語で『混ぜる』という意味 です。 給食でも、ビビンバの 臭とごはんを丼にしているの で、混ぜて食べてみましょ う。
17日 キムチチャーハン・学乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 選のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれ ています。ボックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。	ごはん・牛乳 ぶりの音を 揚げ煮 おひたし さつま が 名前の 通り、さつまがは、名前の 通り、さつまいもを入れた 真だくさんのみそがのことで、鹿児島県 の 縁 主料理です。 鹿児島県 は、晋 「薩摩」と呼ばれていたことと、さつまいもを でうことからこの名前がついたそうです。	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 意もやしの塩ナムル 白菜のスープ ヤンニョムチキンは、番ばしく場げた鶏肉に、コチュジャンやニンニク、砂糖などから作る「ヤンニョム」という合わせ調味料を絡めた、韓国で大人気のフライドチキン料理です。	来物パン・年乳・のんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 米粉パンは普通のパンと違い、もちもちした後感としっとり感を味わっことができます。来粉パンは発酵が難しく、開発に時間がかかったそうです。感謝していただきましょう。	ビビンバ丼 牛乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、韓 歯語で『遠ぜる』という意味 です。 給食でも、ビビンバの 真とごはんを弁にしているの で、遠ぜて食べてみましょ う。
17日 キムチチャーハン・学乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 選のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれ ています。ボックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁 さつま汁 さつま汁 さつま が なき で	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、番ばしく揚げた鶏肉に、コチュジャンやニンニク、砂糖などから作る「ヤンニョム」という合わせ舗味料を絡めた、韓国で大人気のフライドチキン料理です。	来物パン・半乳・りんごジャム ほうれん 草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは普通のパンと 選 い、もちもちした 後感としっとり 感を味わうことがで難しく、 開発に時間がかかったきます。 ※ 瀬川 いいただきましょう。 27日 ミニ丸パン・チョコクリーム 五首うどん・牛乳	ビビンバ丼 牛乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ピビン』は、韓 国語で『混ぜる』という意味 です。 給食でも、ビビンバの 真とごはんを丼にしているの で、混ぜて食べてみましょ う。
17日 キムチチャーハン・学乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 選のひとつで、韓国では「キムチボックムパブ」と呼ばれ ています。ボックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁 とう 名前の通り、さつま汁は、名前の通り、さつまいもを入れた真だくさんのみそ汁のことで、鹿児島県 は、晋「薩摩」と呼ばれていたことと、ってまいもを使うことからこの名前がついたそうです。 25日 ポークカレーライス 牛乳 チーズ入りサラダ	ごはん・中乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープ ヤンニョムチキンは、番ばしく場けた 鶏肉に、砂糖などから作る「ヤンニョム」という合わせ 調味料を終めた、、韓国対です。 26日 ごはん・中乳 いわしの 福煮 ごま和え	来物パン・年乳・のんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 米粉パンは普通のパンと違い、もちもちした後感としっとり感を味わっことができます。来粉パンは発酵が難しく、開発に時間がかかったそうです。感謝していただきましょう。	ビビンバ丼 牛乳 チンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、 童語で『混ぜる』という意味 です。 豁後でも、ビビンバの 真とごはんを発にしているの で、混ぜて食べてみましょう。 28日 ごはん・牛乳 肉団子
17日 キムチチャーハン・年乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キムチポックムパブ」と呼ばれ ています。ポックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。 24日	ごはん・年乳 ぶりの背空揚げ素 おひたし さつま汁 さつま汁 さつまり の	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、番ばしく揚げた 鶏肉に、砂糖などったる「ヤンニュム」という合わせ調味料を絡めた、韓国です。 26日 ごはん・年乳 いわしの福煮 ごま和えとん汁	来物パン・洋乳・りんごジャム ほうれん 草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは 普通のパンと 選 い、もちもちした 後感 とっきます。 来物パンは発酵が難しく、 開発に 時間がかかった きましょう。 27日 ミニ丸パン・チョコクリーム 五首うどん・牛乳 じゃがいもピリ 学味噌炒め ヨーグルト (いちご)	ビビンバ丼 キュデュープ シとやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、一輪 国語で『混ぜる』という意味 です。 熱資でも、ビビンバの 真とごはんを発にしているの で、混ぜて食べてみましょう。 28日 ごはん・年乳 肉団子 中華炒め なめこのみそ汁
17日 キムチチャーハン・年乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キムチポックムパブ」と呼ばれ ています。ポックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。 24日	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁 など前の を	ごはん・作乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、 番ばしく揚げた 対して 砂糖などから でる「ヤンニュム」という合わせ 講味料を絡めた、 韓国 です。 26日 ごはん・作乳 いわしの 権法 ごまれえ とん デー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	来物パン・年乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは普通のパンと違い、もちもちした後感としきます。来物パンは発酵が難しく、開発に時間がかかっただきましょう。 27日 ミニ丸パン・チョコクリーム 五首うどん・牛乳 じゃがいもピリ辛味噌炒め ヨーグルト (いちご) ソフールヨーグルトは、生き	ビビンバ丼 キンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、 韓 国語で『混ぜる』という意味 です。 豁後でも、ビビンバの 真とごはんを発にしているの で、混ぜて食べてみましょう。 28日 ごはん・年第2 肉団子 や雑妙め なめこのみそ汗 和食は理想的な栄養バランス
17日 キムチチャーハン・年乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キムチポックムパブ」と呼ばれ ています。ポックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。 24日	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁 さつま えん を	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、番ばしく場けたに、砂糖などから合わせ調味料を絡めた、韓国対してす。 26日 ごはん・年乳 いわしの 横着 ごま 和えとん 光 いわしは、漢字で書くと派からんに弱いと書きます。 ポート	来物パン・年乳・のんごジャム ほうれん 草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 米粉パンは普通のパンと覧い、もちもないできます。 来物パンは発酵が難しく、開発に時間がかかったきます。 を飲いした時間がかかったきましょう。 27日 ミニ丸パン・チョコクリーム 五首うどん・年乳 じゃがいもピリマ・中乳 じゃがいもピリマ・中乳 じゃがいもピリマ・中乳 いっぱいちご ソフールヨーグルト (いちご) ソフールヨーグルトは、 生きたまま腸に にてお腹の調	ビビンバ丼 キンゲン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、 韓 国語で『混ぜる』という意味 です。 豁後でも、ビビンバの 真とごはんを辞にしているの で、混ぜて食べてみましょう。 28日 ごはん・年望。 海面子 中華炒め なめこのみそ洋 和食は連想的な栄養バランス の後筆スタイルと言われてい
17日 キムチチャーハン・年乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キムチポックムパブ」と呼ばれ ています。ポックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。 24日	ごはん・牛乳 ぶりの背空揚げ煮 おひたし さつま汁 など前の を	ではん・年乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、香ばしく場けたに、砂糖などものをである「ヤンニョム」という合わせ調味料を絡めた、韓国 対してす。 26日 ではん・年乳 いわしの 横点 できます。 ぶんんに弱いとすぐに死んでしま	来物パン・年乳・りんごジャム ほうれん 草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 米粉パンは普通のパンと覧い、もちもないででした。 一次 大き はい ただきましょう。 27日 ミニ 気パン・チョコクリーム 五首 うどん・ 中学 味 噌炒め ヨーグルト (いちは 腹の アン・チョコクリーム まま 譲に にいて お腹の アン・チョコクリーム 気がいも ピリ 学 味 噌炒め ヨーグルト (いちは 腹の アン・チョンがい まき ままり に いっち に まま りょう ない ままま りょう ない ままま りゅう かい まき ままま に こう に 生き ない こう きき える 、乳酸酸シロタ深が	ビビンバ丼 キングン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、意味です。「漁性でも、ビビンバの 真とごはんを発生にしているので、漁世で食べてみましょう。 28日 ごはん・洋学。 内団はからでおいるので、漁世で食べてみましょう。 れんでするののみで、漁世で食べてみましょう。
17日 キムチチャーハン・年乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キムチポックムパブ」と呼ばれ ています。ポックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。 24日	ごはん・生乳 ぶりの背 学 揚 げ 素 おひたし さつま 汁 はん ・ 本乳 の の	ではん・年乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、香ばしく場けた、砂糖など、砂糖など、砂糖など、砂糖など、砂糖など、砂糖など、砂糖など、砂糖など	来物パン・年乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは普通のパンと遺い、もちを味わっことがで難し く、関発に時間がかかったそうです。影劇していただきましょう。 27日 ミニ丸パン・チョコクリーム 五首うどん・牛乳 じゃがいもピリ辛味噌炒め ヨーグルト (いちご) に生まる、乳酸菌シロタスカーである、乳酸菌シロタスカーである、乳酸菌シロタスカーである。 10億個以上人のあたの10億個以上人の方に	ビビンバ丼 キングン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、意味です。総食でも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの う。を発すてみましょう。 28日 ごはん・食べてみましょう。 をがするので、流せてもいるので、流せてもいるので、流せてもいるので、流せてもないであましょう。 をからからないでは、一方でがある。 なめるのからないです。 和食は理想のようです。。 和食は理想のようです。。 和食はできたいです。 和食はできたいです。 和食のだしは、見ずと
17日 キムチチャーハン・学乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 選のひとつで、韓国では「キムチポックムパブ」と呼ばれ ています。ポックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。 24日	ごはん・年乳 ぶりの音学 揚げ素 おひたし さつま汁 さつまれたを入れたです。 施見 真 に いきがい です。 を で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ではん・年乳 ヤンニョムチキン 豊もやしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチキンは、香ばしく場けたに、砂糖などものをである「ヤンニョム」という合わせ調味料を絡めた、韓国 対してす。 26日 ではん・年乳 いわしの 横点 できます。 ぶんんに弱いとすぐに死んでしま	来物パン・年乳・りんごジャム ほうれん 草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは 普通のパンと 選 い、もちにない を です。 との 酸 が 難 し といる 酸 が 難 し ていた きました きました きました きまいた だき しょう。 27日 コクリーム 五 じゃがいも ピリ アール に しゅがい も ピリアール は 腹の ターグルト (いちご) ソフール に しゅがい も ピリアール は 腹の が で の ます。 に 乳酸 歯 の 中の に ます。 に 裏いる に 裏いる に ます。 に 裏いる に 裏いる に ます。 に ます。 に ます。 に ます。 に まず。 に まず に まず	ビビンバ丼 キングン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、意味でよい。意味でよい。では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、で
17日 キムチチャーハン・年乳 ツナ和え 肉面子スープ プリン キムチチャーハンは、韓国料 弾のひとつで、韓国では「キムチポックムパブ」と呼ばれ ています。ポックムパブは、 炒めるという意味の「ポックム」とご飯を意味する「パブ」を組み合わせた言葉です。 24日	ごはん・生乳 ぶりの背 学 揚 げ 素 おひたし さつま 汁 はん ・ 本乳 の の	ごはん・年乳 ヤンニョムチキン 豊も やしの塩ナムル 白菜のスープヤンニョムチャンは、 番ばしく場けた、 砂糖など、 シャン・ です。	来物パン・年乳・りんごジャム ほうれん草オムレツ ブロッコリーツナマヨソテーポトフ 来物パンは普通のパンと選 い、もちを味わっこ後が難しく、開発に時間がかかただきます。来物パンは静間がかかただきます。不知がいただきましょう。 27日 ミニ丸パン・チョコクリーム 五首うどん・牛乳 じゃがいもピリヤ 中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、中、	ビビンバ丼 キングン菜のスープ ととやき(チョコ) ビビンバの『ビビン』は、意味です。総食でも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの 真とでも、ピビンバの う。を発すてみましょう。 28日 ごはん・食べてみましょう。 をがするので、流せてもいるので、流せてもいるので、流せてもいるので、流せてもないであましょう。 をからからないでは、一方でがある。 なめるのからないです。 和食は理想のようです。。 和食は理想のようです。。 和食はできたいです。 和食はできたいです。 和食のだしは、見ずと