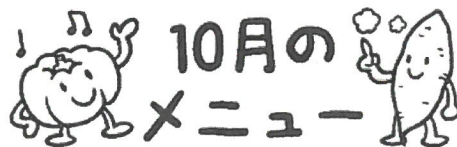


アレルギー食



月 松山給食センター 3日	火 オレンジフーズ 4日	金 オレンジフーズ 7日
味付けパン 鶏照り焼き ブロッコリーソテー 白菜うま煮 ソテー 牛乳・豆乳	ご飯 ほうれん草ソテー 豚巻きポテト なすと大根の煮物 りんごの甘煮 牛乳・豆乳	午 前 保 育
10日	11日	14日
スポーツの日	振 替 休 日	カレーライス オレンジフーズ ☆スプーン・スモック 忘れないでね
17日	18日	21日
味付けパン せんざんき 胡瓜和え じゃがいも炒め れんこん炒め煮 牛乳・豆乳	ご飯 キャベツソテー 豚肉のアスパラと人参巻き 糸コンのひじきの煮物 大学芋 牛乳・豆乳	遠足予備日 お母さん弁当 忘れないでね。
24日	25日	28日
味付けパン 豚ブラックペッパー焼き 白菜サラダ アスパラソテー フライドポテト 牛乳・豆乳	ご飯 和風ビーフソテー ミートボール竜田揚げ おでん風 りんご 牛乳・豆乳	遠足予備日 お母さん弁当 忘れないでね。
31日	子どもと新米を 炊いてみよう 米を炊くのはもっともシンプルな調理。それでいて、ごはんは食事の主役となるため、炊飯は家庭での親子クッキングにおすすめ。まずは、ボウルの中にご飯を入れ、その中に米を入れて、いっきに水を加えて軽くかき混ぜます。水が白くなっている点に着目。その後は「グルグルギョツ」と、手のひらで研ぐ手本を見せます。炊飯器ではなく、お鍋で炊く様子を見せても楽しいですね。	
味付けパン 豚の醤油炒め 白菜昆布和え かぼちゃ煮 ブロッコリーソテー 牛乳・豆乳		