



今日のお昼

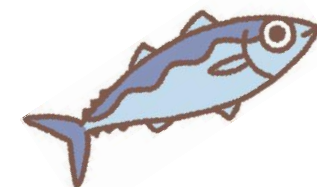
キッシュオムレツ
ジャーマンポテトサラダ
コーンスープ・バナナ



いちょう切りのじゃが芋、
人参、きゅうりを茹で、
フレンチドレッシングで和え
たジャーマンポテトサラダ。
さっぱりとしていて
夏に人気のメニューです。

今日の白身魚は、
木更津近郊の海で獲れる「スズキ」
美味しくて、よく食べます。

白身魚のケチャップあん
ツナポテト
いんげんのゴマ和え
みそ汁・バナナ



今日のお昼



鶏南蛮
小松菜のお浸し
かぼちゃの甘煮
みそ汁・オレンジ

小松菜には
栄養がいっぱい！
カルシウムや
鉄分が豊富！

鶏とごぼうの落とし揚げ
のり和え
トマト・みそ汁
梨（木更津産）



木更津産の梨、
甘くて
ジューシー





炒り豆腐
さつま芋のてんぷら
ゴマ酢和え
ワントンスープ
メロン



アジの南蛮漬け
春雨サラダ
かき卵スープ
グレープフルーツ



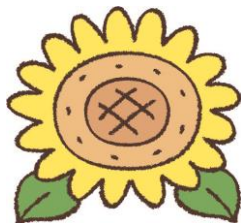
大きなアジ！
魚には骨があるから、
よく噛んで
食べようね！



わらび餅

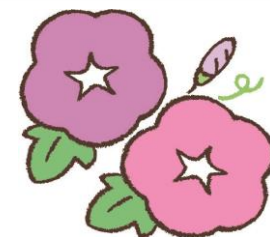


片栗粉と砂糖とお水を
鍋に入れて、混ぜ混ぜ・・・
プルプルの冷たいデザート
ができました。



えだまめポンデケージョ

白玉粉と粉チーズで作る
いつものポンデケージョに、
今が旬の「枝豆」を砕いて、ポン
デケージョに入れてみました。
「なんか入ってる～」違いがわ
かる子ども達です。



木更津産のブルーベリーで
ジャムを作って、パンではさみました。

ブルーベリージャムサンド

