

# 4がつのこんだて (もりつけかた)



つるみしょうがっこう

こんげつのもくひょう

きゅうしょくのやくそくをしろう



<p>13</p> <p>ハンバーグ トマトソース</p> <p>ごはん とんじる</p>				
<p>14</p> <p>コーンサラダ</p> <p>チーズパン パンネ ミートソース</p>				
<p>15</p> <p>からししょうゆあえ</p> <p>ごはん にくじゃが</p>				
<p>16</p> <p>ツナそぼろ</p> <p>むぎごはん みそしる</p>				
<p>17</p> <p>いそかあえ</p> <p>ごはん なまあげの そぼろに</p>				
<p>20</p> <p>かわりごもくまめ</p> <p>ロールパン わかめスープ</p>				
<p>21</p> <p>きびなごフライ</p> <p>ひじきごはんのぐ むぎごはん みそしる</p>				
<p>22</p> <p>ごますあえ プルーン はっこうにゅう</p> <p>ごはん こめこ ドライカレー</p>				
<p>23</p> <p>ばんかん</p> <p>サーモンフライ</p> <p>まるパン やさいのスープに</p>				
<p>24</p> <p>おひたし</p> <p>だいずとじゃこのいりに ごはん おやこに</p>				
<p>27</p> <p>ピビンバ (やさい)</p> <p>ピビンバ (にく) むぎごはん はるさめスープ</p>				
<p>28</p> <p>ミックスフルーツ</p> <p>やさいソテー</p> <p>はいがパン チリコンカーン</p>				
<p>29</p> <p></p>				
<p>30</p> <p>そくせきづけ さわらのあんかけ</p> <p>ごはん すましじる</p>				
<p></p>				