



きゅうしょくだより

2025.03.01

『我が家の味』 = 【ひとりひとりの文化】を大切にしたい想いから、今まで出会ってきたためにゆーをみんなで分かち合いました。

お家の愛情あふれるすてきなメニューに感謝して 2024年度にみんなで食べためにゆーを紹介します。

<p>짜장면 (ちゃじゃんみよん) (かんこく・ちょうせんのじゃーじゃーめん)</p>	<p>약 밥 (やっぱぶ) (かんこく・ちょうせんのこくとうおこわ)</p>	<p>Tallarín Verde (たじゃりん べるで) (ペルーのほうれんそうばすた)</p>	<p>Papa a la huancaína (ぱぱあらわんかいな) (ペルーのじゃがいものちーすそーすがけ)</p>	<p>Arroz con leche (あろーすこんれちえ) (ペルー こめのみるくに)</p>
<p>콩국수 (こんくつす) (かんこく・ちょうせんのとうにゅうめん)</p>	<p>찌짐 (ちぢみ) (かんこく・ちょうせんみついいりおやき)</p>	<p>Aji de gallina (あひでがじーな) (ペルーのとりにくのくりーむに)</p>	<p>계란찜 (けらんぢむ) (かんこく・ちょうせんむしたまご)</p>	<p>잡채 (ちゃぶちえ) (かんこく・ちょうせんはるさめいため)</p>
<p>미역국 (みょくく) (かんこく・ちょうせんわかめすーぶ)</p>	<p>KAMOTEQ (かもてきゅー) (ふいりびんのこくとうあげさつまいも)</p>	<p>あーしゅじょー (いらんのおしむぎのやさいすーぶ)</p>	<p>Picante de pollo (びかんででほしょ) (ぼりびあのとりにくのすばいすとまとにこみ)</p>	<p>Lugaw (るがう) (ふいりびんのとりがゆ)</p>
<p>Gelatina (ぜらちな) (ぶらじるさんしょくぜりーくりーむがけ)</p>	<p>Sopas (そーぱす) (ふいりびんぎゅうにゅうばかろにすーぶ)</p>	<p>Arroz con pollo (あろーすこんぽーよ) (ペルーとりにくのやさいびらふ)</p>	<p>豆花 (とう〜ふあ〜) (ちゅうごくとうにゅうぶりんこくとうそーすがけ)</p>	<p>西红柿炒鸡蛋麵 (しーほんしーちゃおじーたんめん) (ちゅうごくのとまとたまごめん)</p>
<p>삼계당 (さむげたん) (かんこく・ちょうせんとりすーぶ)</p>	<p>송편 (そんぴょん) (かんこく・ちょうせんむしもち)</p>	<p>Pastel (ぱすてる) (ぶらじるはむとちーすのあげばい)</p>	<p>ADOBO (あどぼ) (ふいりびんとりにくとやさいのにも)</p>	<p>酸菜炒豚肉 (つあんつあいとんつろう) (ちゅうごくはくさいのつけものとぶたにくのにも)</p>
<p>Pho Ga (ふおーがー) (べとなむとりにくのらいすぬーどる)</p>	<p>김 밥 (きんぱぶ) (かんこく・ちょうせんのりまき)</p>	<p>수제비 (すじえび) (かんこく・ちょうせんすいとん)</p>	<p>떡국 (とつく) (かんこく・ちょうせんそうに)</p>	<p>팔죽 (ぱっちゅ) (かんこく・ちょうせんあずきがゆ)</p>
<p>Mazamorra morada (まさもらもらーだ) (ペルーむらさきとうもろこしのふるーつぜりー)</p>	<p>Milanesa (みらねーさ) (あるぜんちんぎゅうかつれつとまとそーすがけ)</p>			

★ 3がつ りにゆうしょく めにゅー ★

ひにち	ようび	ごっくん期		もぐもぐ期		かみかみ期		ぱくぱく期	
		ちゅうしょく ~ひるごはん~ 15:00 おやつ		ちゅうしょく ~ひるごはん~ 15:00 おやつ		ちゅうしょく ~ひるごはん~ 15:00 おやつ		ちゅうしょく ~ひるごはん~ 15:00 おやつ	
1 15 29	ど	つぶしがゆ ふのペーすと さつまいものペーすと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ ふのうすくすに さつまいものやわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん ふのうすくすに さつまいものれもんに きゃべつすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ぶたもものばーべきゅーそーすやき さつまいものれもんに きゃべつすーぶ ばなな	ぎゅうにゅう すていっくばん
3 17	げつ	つぶしがゆ こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと うすいすましじる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに にんじんのやわらかに すましじる みるく 120	みるく 200	なんはん とりひきのまつかさむし ばんさんすー すましじる(ふ) みるく 80	みるく 200 おかし	ちらしすし とりひきのまつかさむし ばんさんすー すましじる おれんじ	ぎゅうにゅう KAMOTEQ
4 18	か	つぶしがゆ きぬどうふのペーすと さつまいものペーすと うすいちゅうかすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ きぬどうふのうすくすに さつまいものやわらかに ちゅうかすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん きぬどうふのうすくすに さつまいものあまに とまといり たまごすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん なまあげとはくさいのうまに さつまいものあまに とまといり たまごすーぶ ばなな	ぎゅうにゅう ふれんち とーすと
5 19	すい	ばんがゆ しろみざかなのペーすと きゃべつのペーすと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	ばんがゆ しろみざかなのうすくすに きゃべつのやわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	しょくばん かじきのふりったー おーろさらだ ばんぶきんすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	しょくばん かじきのふりったー おーろさらだ ばんぶきんすーぶ はっさく	ぎゅうにゅう きなこの おはぎ
6	もく	つぶしがゆ こうやどうふのペーすと ぶろっこりーのペーすと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに ぶろっこりーのやわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん とりささみのうすくすに ゆでやさい(ぶろっこりー・にんじん) みそしる(さつまいも) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん とりもものねぎしおやき ゆでやさい(ぶろっこりー・にんじん) みそしる(さつまいも・たまねぎ) ばなな	ぎゅうにゅう たべっこどうぶつ ちーず
7 21	きん	つぶしがゆ ふのペーすと にんじんのペーすと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ ふのうすくすに にんじんのやわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん つないり たまごやき さといもとにんじんのふくめに みそしる(ほうれんそう) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん つないり たまごやき さといもとにんじんのふくめに みそしる(こうやどうふ・ほうれんそう) きよみかん	ぎゅうにゅう おーとみーるばー
8 22	ど	つぶしがゆ こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに にんじんのやわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん こうやどうふのうすくすに きりほしだいこんのにも みそしる(じゃがいも) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん とりもものてりやき きりほしだいこんのにも みそしる(じゃがいも・こまつな) いよかん	ぎゅうにゅう ばたーくつきー うすやき せんべい
10 24	げつ	つぶしがゆ こうやどうふのペーすと きゃべつのペーすと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに きゃべつのやわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん とりささみのうすくすに さわーくらふと やさいすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ばたーちきん さわーくらふと おれんじ	よーぐるど びすけっと ごませんべい
11 25	か	つぶしがゆ きぬどうふのペーすと にんじんのペーすと うすいちゅうかすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ きぬどうふのうすくすに にんじんのやわらかに ちゅうかすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん いりどうふ わかめすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん まーぼーどうふ わかめすーぶ ばなな	ぎゅうにゅう ぶらうんけーき
12 26	すい	うどんのくたぐたに しろみざかなのペーすと じゃがいものペーすと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	うどんのやわらかに しろみざかなのうすくすに じゃがいものやわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	Tallarín Verde (たじやりん べるで) しろみざかなのやきふらい じゃがいものまよねーすそーすかけ やさいすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	Tallarín Verde (たじやりん べるで) しろみざかなのやきふらい じゃがいものまよねーすそーすかけ はっさく	ぎゅうにゅう Arroz con leche Mazamorra morada
13	もく	つぶしがゆ ふのペーすと ほうれんそうのペーすと うすいすましじる みるく 160	みるく 200	おかゆ ふのうすくすに ほうれんそうのやわらかに すましじる みるく 120	みるく 200	なんはん とりればーのうすくすに にんじんときゅうりのさんばいす すましじる(ほうれんそう) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん とりればーのたつたあげけちやつぶそーす もやしのさんばいす すましじる(まいたけ・ほうれんそう) ばなな	ぎゅうにゅう きなこの あげばん
14 28	きん	つぶしがゆ こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに にんじんのやわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	おべんとうばす おにぎり とりにくのはんばーぐ・たまごやき ゆでぶろっこりー・にんじん みるく 80	みるく 200 おかし	おべんとうばす おにぎり とりにくのはんばーぐ・たまごやき ゆでぶろっこりー・にんじん・ぶちとまと おれんじ	ぎゅうにゅう ふる一つ さんどいっち
27	もく	ばんがゆ ふのペーすと だいこんとにんじんのペーすと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	ばんがゆ ふのうすくすに きゃべつのやわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	しょくばん とりささみのうすくすに ふれんちさらだ こんそめすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	しょくばん Milanesa ふれんちさらだ やさいのこんそめすーぶ ばなな	ぎゅうにゅう でこれーしょん けーき

😊 3がつ めにゅー 😊

2025.03.01

げつ	か	すい	もく	きん	ど
					1
					ごはん ぶたにくのばーべきゅーそーすやき● さつまいものれもん きゃべつとこーんのすーぶ いよかん
					ぎゅうにゅう すていっくばん
3	4	5	6	7	8
ごもく ちらしずし とりひきのまつかさむし ばんざんすー すましじる(ふ・なのはな) おれんじ	ごはん なまあげとはくさいのうまに さつまいものあまに とまととたまごのすーぶ ばなな	しょくばん さかな(かじき)のふりったー きゃべつのおーろらさらだ ばんぶきんとうにゅうすーぶ はっさく	ごはん とりもものねぎしおやき ゆでやさい(ぶろっこりー・にんじん) みそしる(さつまいも・たまねぎ) ばなな	ごはん つな いらり たまごやき さといもとにんじんのふくめに みそしる(こうやどうふ・ほうれんそう) きよみかん	ごはん とりもものてりやき きりほしだいこんのにも みそしる(じゃがいも・こまつな) いよかん
ぎゅうにゅう KAMOTEQ(かもてきゅー) (ふいりびん・さつまいものこくとうあげ)	むぎちゃ ふらんすばんのふれんちとーすと	むぎちゃ きなこのおはぎ	ぎゅうにゅう ぼんすけ・たべっこどうぶつ ちーす	ぎゅうにゅう おーとみーるばー	ぎゅうにゅう ばたーくつきー うすやきせんべい●
10	11	12	13	14	15
ごはん ばたーちきん さわーくらふと おれんじ	ごはん とりひきのまーぼーどうふ わかめすーぶ ばなな	Tallarín Verde (たじやりん べるで) (べるーほうれんそうちーすすばけていー) さかな(むきがれい)のやきふらい じゃがいものまよねーすそーすがけ はっさく	ごはん とりればーのたつたあげけちやっふそーす もやしさんばいす すましじる(まいたけ・ほうれんそう) ばなな	★おべんとうばす★ おにぎり とりはんばーぐ・たまごやき ぶろっこりー・にんじん ぶちとまと おれんじ	ごはん ぶたにくのばーべきゅーそーすやき● さつまいものれもん きゃべつとこーんのすーぶ いよかん
むぎちゃ よーぐると びすけつと・ごませんべい	ぎゅうにゅう ぶらうんけーき	むぎちゃ Arroz con leche (あろーすこんれちえ) Mazamorra morada (まさもらもちらーだ)	ぎゅうにゅう きなこのあげばん	ぎゅうにゅう ふるーつさんどいっち	ぎゅうにゅう すていっくばん
17	18	19	20	21	22
ごもく ちらしずし とりひきのまつかさむし ばんざんすー すましじる(ふ・なのはな) おれんじ	ごはん なまあげとはくさいのうまに さつまいものあまに とまととたまごのすーぶ ばなな	しょくばん さかな(かじき)のふりったー きゃべつのおーろらさらだ ばんぶきんとうにゅうすーぶ はっさく		ごはん つな いらり たまごやき さといもとにんじんのふくめに みそしる(こうやどうふ・ほうれんそう) きよみかん	ごはん とりもものてりやき きりほしだいこんのにも みそしる(じゃがいも・こまつな) いよかん
ぎゅうにゅう KAMOTEQ(かもてきゅー) (ふいりびん・さつまいものこくとうあげ)	むぎちゃ ふらんすばんのふれんちとーすと	むぎちゃ きなこのおはぎ		ぎゅうにゅう おーとみーるばー	ぎゅうにゅう ばたーくつきー うすやきせんべい●
24	25	26	27	28	29
ごはん ばたーちきん さわーくらふと おれんじ	ごはん とりひきのまーぼーどうふ わかめすーぶ ばなな	Tallarín Verde (たじやりん べるで) (べるーほうれんそうちーすすばけていー) さかな(むきがれい)のやきふらい じゃがいものまよねーすそーすがけ はっさく	しょくばん Milanesa (みらねーさ) ● (あるぜんちんぎゅうかつれつとまとそーすがけ) ふれんちさらだ やさいのこんそめすーぶ ばなな	★おべんとうばす★ おにぎり とりはんばーぐ・たまごやき ぶろっこりー・にんじん ぶちとまと おれんじ	ごはん ぶたにくのばーべきゅーそーすやき● さつまいものれもん きゃべつとこーんのすーぶ いよかん
むぎちゃ よーぐると びすけつと・ごませんべい	ぎゅうにゅう ぶらうんけーき	むぎちゃ Arroz con leche (あろーすこんれちえ) Mazamorra morada (まさもらもちらーだ)	ぎゅうにゅう でこれーしょんけーき	ぎゅうにゅう ふるーつさんどいっち	ぎゅうにゅう すていっくばん
31					
ごもく ちらしずし とりひきのまつかさむし ばんざんすー すましじる(ふ・なのはな) おれんじ					★きんししょくざい★ ● = きゅうにく・ぶたにくを つかっているりょうりです。 とりにくにへんこうします。
ぎゅうにゅう KAMOTEQ(かもてきゅー) (ふいりびん・さつまいものこくとうあげ)					