の

**さいたま市立　　　　　学校　　年　　組　　番　なまえ**

朝ごはん

|  |  |
| --- | --- |
| 　　月　　日　　曜日　（食べた時間）　　　時　　　分 | きろく（イラスト） |
|  | こんだて（食べたもの） |  |
| 例・みそ汁・ごはん |

夕ごはん

|  |  |
| --- | --- |
| 　　　　　　　　　　（食べた時間）　　　時　　　分 | きろく（イラスト） |
| 昼ごはん | こんだて（食べたもの） |  |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| （たべた時間）　　　時　　　分（おやつ） | こんだて（食べたもの） |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| （たべた時間）　　　時　　　分 | きろく（イラスト） |
|  | こんだて（食べたもの） |  |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| 　４月　１日　水曜日　（食べた時間）　　７時　00分 | きろく（イラスト） |
|  | こんだて（食べたもの） | めだま焼きごはんウインナーヨーグルトみそ汁 |
| 例・みそ汁・ごはん・みそ汁　・ごはん　・めだま焼き・ウインナー　・ヨーグルト |

（おやつ）

朝ごはん

昼ごはん

夕ごはん

|  |  |
| --- | --- |
| 　（食べた時間）　12時　00分 | きろく（イラスト） |
|  | こんだて（食べたもの）・焼きそば | 焼きそば |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| （たべた時間）　15時　00分 | こんだて（食べたもの）・りんご |
|  |  |

きかたの

|  |  |
| --- | --- |
| （たべた時間）　19時　00分 | きろく（イラスト） |
|  | こんだて（食べたもの） | からあげハンバーグサラダみそ汁ごはん |
| ・みそ汁　・ごはん・ハンバーグ　・からあげ　・サラダ |