

きゅうしょくつうしん



がつこの か すい

【9月 9 日（水）のこんだて】

★ごはん ★牛^{ぎゅうにゅう}乳

★ひじきのふりかけ

★車^{くるま}ふと野菜^{やさい}のうま煮^に ★みそドレサラダ^{どれさらだ}

なつやす お いっしゅうかん すこ
夏休みが終わり一週間がたちました。少しずつ

せいかつ きそくただ り す む なが がっき
生活を規則正しリズムにもどし、長い 2学期を

がんば あさ た
頑張りましょう。そのためには、朝ごはんを食べ

とうこう たいせつ
てから登校することが大切です！