

	月	火	水	木	金	土
副食 おやつ	かみかみデー 「よく噛んで虫歯予防！」をテーマに、月に1回程度、噛む食材を取り入れた献立の日を設けていきたいと思ひます。今月は6月4日の「虫歯予防デー」に実施します。また、★マークが付いているメニューは噛む食材が取り入れられている「かみかみメニュー」です。				1 ★生姜焼き チーズサラダ 豆腐とほうれん草の味噌汁 キウイフルーツ 豆銀糖 牛乳	2 挽肉そぼろ 炒りたまご 青菜のお浸し キャベツの味噌汁・バナナ
	4	5	6	7	8	9
副食	★豚肉の野菜巻き 大根サラダ じゃがいもと豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	巣ごもりたまご ブロッコリーのごま酢和え なすの味噌汁 バナナ	いが蒸し ★わかめマヨネーズサラダ コーンとキャベツのスープ ミニトマト	ぶりの照り焼き ★切干大根の炒り煮 なめこ汁 オレンジ	マーボーなす アスパラのサラダ わかめの味噌汁 さくらんぼ	手作り弁当を お願いします。 
おやつ	★きなこクッキー 牛乳	カルピスゼリー せんべい	ジョア ビスケット	★五平餅 牛乳	お好み焼き 牛乳	
	11	12	13	14	15	16
副食	カレー もやしとピーマンの中華風和え たまごスープ キウイフルーツ	ポテトオムレツ ★小松菜のごま和え キャベツと油揚げの味噌汁 オレンジ	かつおの甘露煮 ★ひじきの炒り煮 しめじの味噌汁 さくらんぼ	野菜ロールカツ かきの酢の物 凍豆腐の清汁 ミニトマト	肉じゃが ピーナッツ和え 玉ねぎとわかめの味噌汁 グレープフルーツ	焼きビーフン マカロニサラダ 青菜の味噌汁 バナナ
おやつ	★くるみゆべし 牛乳	きなこ揚げパン 牛乳	ホットケーキ 牛乳	あじさいヨーグルト せんべい	フルーツサンド 牛乳	
	18	19	20	21	22	23
副食	鶏真薯 ★いかとわかめの酢味噌和え かぼちゃといんげんの味噌汁 さくらんぼ	★小魚と大豆のからめ煮 親子サラダ ワンタンスープ キウイフルーツ	ベーコンエッグ シーフードサラダ ささみスープ バナナ	★いかフライ カレー風味サラダ せんべい汁 オレンジ	★筑前煮 白和え 五目うどん グレープフルーツ	変わり納豆 かぼちゃの含め煮 わかめスープ ミニトマト
おやつ	オレンジゼリー せんべい	なべやき 牛乳	さつまいも素揚げ 牛乳	ラスク ヨーグルト	小倉白玉 牛乳	
	25	26	27	28	29	30
副食	さつまいもとチーズのたまご焼き ウィンナーソテー ★五目味噌汁 キウイフルーツ	豆腐ハンバーグ ★きんぴらごぼう 野菜ミルクスープ オレンジ	エビグラタン 青菜のソテー かきたま汁 ミニトマト	ビビンバ 春雨の酢の物 わかめコーンスープ さくらんぼ	ちくわの二色揚げ ごまもやし きのこスープ バナナ	じゃがいものそぼろ煮 青菜としめじのお浸し 豆腐の味噌汁 グレープフルーツ
おやつ	ドーナツ 牛乳	黒砂糖入り蒸しパン 牛乳	ごまプリン せんべい	ケーキ 牛乳	パインきんとん 牛乳	

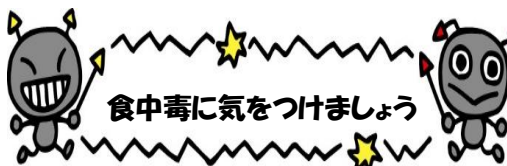
6月の給食目標

よく噛んで食べることを
頑張りましょう!




【おやつ試食の日】

食中毒に気をつけましょう



【食中毒予防の基本】

6月の予定平均給与栄養量

- エネルギー …395kcal
- たんぱく質 …17.6g
- 脂質 …16.4g

・6月4日(月) きなこクッキー

★4時15分～4時45分の間、
給食展示コーナーにてご試食ください★

- ①菌をよせつけない → 手洗いと洗浄
- ②菌を増やさない → 調理したらすぐ食べる
- ③菌をやっつける → 加熱調理