





	月	火	水	木	金	土	
未満児主食	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">  <p><b>かみかみデー</b></p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>「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 思います。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。</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div>					1	2
副食						1	2
おやつ						1	2
	<b>4</b> <b>かみかみデー</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b> <b>親子遠足</b>	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	手作り弁当を お願いします。 	
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	菓ごもりたまご 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		
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		
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	
未満児主食	ごはん	ごはん	たまごごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
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 かこの酢の物 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		
	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
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		
	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b> <b>お誕生会</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ビビンバ	ごはん	ごはん	
副食	さつまいもとチーズのたまご焼き ウインナーソテー ★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	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  
頑張ろう！





**【おやつを試食の日】**

・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★

**食中毒に気をつけましょう**



**【食中毒予防の基本】**

- 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**

**6月の予定平均給与栄養量**

- エネルギー …522kcal
- たんぱく質 …19.4g
- 脂質 …16.9g