

6月給食カレンダー



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
石けんて手を洗おう 食中毒の原因菌は、手を介して体の中に入ることがあります。食中毒を予防するには、手洗いが簡単で効果的です。自分もほかの人も食中毒の原因菌から守るためには、食事前や調理をする前に石けんて手をしっかり洗うことが大切です。 	1 新じゃがとツナのすりごま炒め とり肉の梅みそやき ごはん かきたま汁 	2 カラフルゼリーあえ 春雨サラダ エッグカレーライス 	3 小松菜とエリンギのソテー きびなごフライ カミカミわかめ 白玉団子汁 	4 冷凍みかん ゆかりあえ とり天 うどん きつねかけ汁
7 のり香味ふりかけ 中華きゅうり ぶた肉とパインの炒めもの ごはん 五目スープ 	8 のり酢あえ いわしの梅煮 ごはん 高野豆腐のたまごとし 	毎年6月は食育月間 毎月19日は食育の日 	10 ごまあえ 魚のマヨネーズやま ごはん いりどうふ 	11 ビーンズカル もやしのサラダ はるまき のぎわな野菜菜 タイピーエン チャーハン
14 フルーツ杏仁 せんぎりポテトのサラダ 焼肉丼 わかめスープ 	15 ミルメーク ブロッコリーのごまじょうゆ さばのしおやき ごはん 朝日の大海 	16 青菜とひじきのサラダ たちうおのからあげ カリカリうめごはん 親子煮 	17 きりぼしだいこんに切干大根煮 阿賀北ポークのポークチャップ ごはん にたてもち汁 	18 梅おかかあえ ゼリーフライ 米粉めん カレーかけ汁 ジョア
21 鉄っこひじき ブロッコリーのツナ炒め たまごのよせやき ごはん 菜わかめのとん汁 	22 アセロラゼリー ビビンバ(麦ごはん) 豚肉とぜんまいの炒め物 ナムル トックスープ 	23 アスパラサラダ なすとトマトのチーズやき 黒糖米粉パン 野菜のコンソメ煮 	24 ひじきのサラダ あさりとマカロニの エスカロップ タリム煮 ・ヒレカツのデミグラスソース ・バターライス 	歯を強くする カルシウムが多い食品 牛乳 ヨーグルト 豆腐 納豆 小魚 小まつな
28 こんにゃくのピリからいため アジのフリッター ごはん トマト肉じゃが 	29 冷凍パイン あつあげとぶた肉のみそいため たまごやき ごはん 夏野菜のみそ汁 	30 チーズ ドレッシングサラダ くるまふのあげ煮 キムタクごはん 米糞まんてん やさい汁 	6月4日から10日は 歯と口の健康週間 よくかんで食べるには、歯と口の健康が大切です。かみこたえのある食べ物を食べてかむ力をつけたり、食事の後は歯みがきをしたりして、歯や口の健康を保つようにしましょう。 	

※ 献立は、食材の都合などにより変更になる場合があります。