



日曜	献立名	おやつ (朝) (昼)	日曜	献立名	おやつ (朝) (昼)
1 木	カレーライス マカロニサラダ ニラ玉スープ フルーツカクテル	オレンジ サイコロシュガーパイ 牛乳	19 月	雑穀ごはん オレンジ 白身魚のチズ 照り焼き 加加&わらび和え ほうれん草とコーンのポタージュ	クッキー かぼちゃの蒸しパン 牛乳
	雑穀ごはん キウイ 酢豚 サラダ(わか&わか・人参) 春雨スープ	スイートポテト ヨーグルトケーキ 牛乳		20 火	麦ごはん 味付けのり まぐろのやわらか角 パインアップル もやしちゃんぷるー みそ汁(小松菜)
3 土		ビスケット	21 水	雑穀ごはん りんご もすくのみそ汁 チキンのごま照り焼き にんじんしりしり	ビスケット 大学芋 牛乳
5 月	雑穀ごはん オレンジ マーボーなす 春雨ときゅうりの和え物 みそ汁(じゃがいも)	ポーロ ごまクッキー 牛乳	22 木	やきそば みそ汁(白ネギ・わかめ) サラダ(わか&わか・トマト・コーン) キウイ	くだもの 付ジャムグループ 牛乳
6 火	沖縄そば 人参の白和え バナナ	アロエヨーグルト みそおにぎり 牛乳	24 土		バナナ
7 水	あわごはん チーズ 鮭のバター焼き りんご サラダ(わか&わか・トマト・コーン) みそ汁(大根)	くだもの ほうとうかりんとう 牛乳	26 月	雑穀ごはん 貝だくさんみそ 白身魚の唐揚げ フルーツカクテル トマトとコーンと和え スティックチーズ	ビスケット ごまクッキー 牛乳
8 木	雑穀ごはん モモ ミートボールとマト煮 サラサバサラダ(マ) ゆし豆腐	ふかし芋 ロールどら焼き 牛乳	27 火	白ごはん オレンジ 青椒肉絲 かぼちゃのいとこ煮 みそ汁(えのき・わかめ)	アロエヨーグルト ひらや-ちー 牛乳
9 金	白ごはん みそ汁(しめじ) 鶏の照り焼き バナナ ババ&人参・バ-コンソテー えだまめ	オレンジ マドレーヌ 牛乳	28 水	スタミナ丼 みそ汁(厚揚げ・わかめ・たまねぎ) ほうれん草のいそ和え りんご	くだもの バナナケーキ 牛乳
10 土		ソフトせんべい	29 木	ミートスパゲティー コンソメスープ(ほうれん草・卵) ポテトサラダ モモ	ポーロ レンジ入り蒸しパン 牛乳
12 月	雑穀ごはん 味付けのり 豚ばら肉のやわらか オレンジ 野菜炒め みそ汁(しじみ)	ビスケット フルーツカクテル 牛乳	30 金	白ごはん 味付けのり さバのみそ焼き オレンジ きゅうりとわかめの酢もの のっぺい汁	フルーツカクテル スイートポテト 牛乳
13 火	白ごはん チキンクリームシチュー サラダ(大根・わか&わか・ハム) モモ	くだもの ちんすこう 牛乳	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #e0f0ff;"> 家庭でできる食中毒予防 </div> <p>6月に入り気温も湿度もますます増してきて、食中毒発生のリスクが高まっています。日本全国において食中毒が最も発生している場所は家庭です。 ご家庭で、美味しく・楽しく・健康に食事をいただくためにも、食中毒予防のポイントをお伝えしたいと思います。</p>		
14 水	白ごはん りんご 豆腐ハンバーグ 春雨サラダ みそ汁(人参・キャベツ)	フルーツカクテル バナナマフィン 牛乳	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #e0f0ff;"> 食中毒予防の3原則 </div> <p>食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。</p> <p>細菌による食中毒を予防するためには</p> <p>①細菌を食べ物に「つけない」 ②食べ物に封着した細菌を「増やさない」 ③食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」</p>		
15 木	炊き込み鶏ごはん キウイ いわしの竜田揚げ こまつなのごま和え みそ汁(お麩)	バナナ さつまいものおやき 牛乳			
16 金	白ごはん モモ チキンナゲット こーやちゃんぷるー(ポーロなし) みそ汁(わかめ)	ソフトせんべい ティラミス風ヨーグルト 牛乳			
17 土		ポーロ			