月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>2</p> <p>キャベツとウインナーのソテー</p> <p>麦ごはん ハヤシライス</p> <p>冷凍黄桃</p> <p>チンジャオロースー</p> <p>ごはん 卵スープ</p> <p>ブロッコリーサラダ 魚のピリ辛ソース</p> <p>コッペパン チンゲン菜のスープ</p> <p>もやしときゅうりのナムル 春巻き</p> <p>小魚チャーハン 中華スープ</p> <p>オレンジ</p> <p>カレースパゲティ</p> <p>はいがパン ごぼうのクリームスープ</p>	<p>3</p> <p>冷凍黄桃</p> <p>チンジャオロースー</p> <p>ごはん 卵スープ</p> <p>ブロッコリーサラダ 魚のピリ辛ソース</p> <p>コッペパン チンゲン菜のスープ</p> <p>もやしときゅうりのナムル 春巻き</p> <p>小魚チャーハン 中華スープ</p> <p>オレンジ</p> <p>カレースパゲティ</p> <p>はいがパン ごぼうのクリームスープ</p>	<p>4</p> <p>ブロッコリーサラダ 魚のピリ辛ソース</p> <p>コッペパン チンゲン菜のスープ</p> <p>もやしときゅうりのナムル 春巻き</p> <p>小魚チャーハン 中華スープ</p> <p>オレンジ</p> <p>カレースパゲティ</p> <p>はいがパン ごぼうのクリームスープ</p>	<p>5</p> <p>もやしときゅうりのナムル 春巻き</p> <p>小魚チャーハン 中華スープ</p> <p>オレンジ</p> <p>カレースパゲティ</p> <p>はいがパン ごぼうのクリームスープ</p>	<p>6</p> <p>オレンジ</p> <p>カレースパゲティ</p> <p>はいがパン ごぼうのクリームスープ</p>
<p>8</p> <p>はちみつレモンゼリー</p> <p>ツナと野菜のソテー</p> <p>麦ごはん ポークカレー</p> <p>きんぴら 厚焼卵</p> <p>ごはん 白玉汁</p> <p>大豆といりこの揚げ煮</p> <p>黒砂糖パン タイピーエン</p> <p>ふりかけ(のりごま)</p> <p>切干大根の酢の物</p> <p>ごはん 肉じゃが</p> <p>アスパラのソテー 鶏肉のマーマレード焼き</p> <p>はちみつパン 野菜スープ</p>	<p>9</p> <p>はちみつレモンゼリー</p> <p>ツナと野菜のソテー</p> <p>麦ごはん ポークカレー</p> <p>きんぴら 厚焼卵</p> <p>ごはん 白玉汁</p> <p>大豆といりこの揚げ煮</p> <p>黒砂糖パン タイピーエン</p> <p>ふりかけ(のりごま)</p> <p>切干大根の酢の物</p> <p>ごはん 肉じゃが</p> <p>アスパラのソテー 鶏肉のマーマレード焼き</p> <p>はちみつパン 野菜スープ</p>	<p>10</p> <p>きんぴら 厚焼卵</p> <p>ごはん 白玉汁</p> <p>大豆といりこの揚げ煮</p> <p>黒砂糖パン タイピーエン</p> <p>ふりかけ(のりごま)</p> <p>切干大根の酢の物</p> <p>ごはん 肉じゃが</p> <p>アスパラのソテー 鶏肉のマーマレード焼き</p> <p>はちみつパン 野菜スープ</p>	<p>11</p> <p>大豆といりこの揚げ煮</p> <p>黒砂糖パン タイピーエン</p> <p>ふりかけ(のりごま)</p> <p>切干大根の酢の物</p> <p>ごはん 肉じゃが</p> <p>アスパラのソテー 鶏肉のマーマレード焼き</p> <p>はちみつパン 野菜スープ</p>	<p>12</p> <p>ふりかけ(のりごま)</p> <p>切干大根の酢の物</p> <p>ごはん 肉じゃが</p> <p>アスパラのソテー 鶏肉のマーマレード焼き</p> <p>はちみつパン 野菜スープ</p>
<p>16</p> <p>そぼろ炒め ショウロンボウ</p> <p>ごはん 鶏の中華とろみスープ</p> <p>きゅうりの酢の物 ホキのてんぷら</p> <p>ごはん 里芋のみそ煮</p> <p>オレンジ</p> <p>チーズポテト</p> <p>黒砂糖パン ABCスープ</p> <p>きゅうりの南蛮漬け さばの塩焼き</p> <p>ごはん 厚揚げと野菜のうま煮</p> <p>メロン</p> <p>卵入りソテー</p> <p>パイパン 豆乳のポタージュ</p>	<p>17</p> <p>そぼろ炒め ショウロンボウ</p> <p>ごはん 鶏の中華とろみスープ</p> <p>きゅうりの酢の物 ホキのてんぷら</p> <p>ごはん 里芋のみそ煮</p> <p>オレンジ</p> <p>チーズポテト</p> <p>黒砂糖パン ABCスープ</p> <p>きゅうりの南蛮漬け さばの塩焼き</p> <p>ごはん 厚揚げと野菜のうま煮</p> <p>メロン</p> <p>卵入りソテー</p> <p>パイパン 豆乳のポタージュ</p>	<p>18</p> <p>オレンジ</p> <p>チーズポテト</p> <p>黒砂糖パン ABCスープ</p> <p>きゅうりの南蛮漬け さばの塩焼き</p> <p>ごはん 厚揚げと野菜のうま煮</p> <p>メロン</p> <p>卵入りソテー</p> <p>パイパン 豆乳のポタージュ</p>	<p>19</p> <p>きゅうりの南蛮漬け さばの塩焼き</p> <p>ごはん 厚揚げと野菜のうま煮</p> <p>メロン</p> <p>卵入りソテー</p> <p>パイパン 豆乳のポタージュ</p>	<p>20</p> <p>メロン</p> <p>卵入りソテー</p> <p>パイパン 豆乳のポタージュ</p>
<p>23</p> <p>冷凍洋梨</p> <p>中華あえ</p> <p>ごはん 麻婆豆腐</p> <p>ゆかりあえ いわしのおかか煮</p> <p>ごはん 厚揚げと豚肉の煮物</p> <p>チリコンカン オムレツ</p> <p>コッペパン 肉団子のスープ</p> <p>ごまあえ いわしの梅の香揚げ 4~5日目</p> <p>ごはん ひよつづの吸い物</p> <p>ゆで野菜 煮込みハンバーグ</p> <p>パーカー コーンスープ</p> <p>ハウスパン</p>	<p>24</p> <p>ゆかりあえ いわしのおかか煮</p> <p>ごはん 厚揚げと豚肉の煮物</p> <p>チリコンカン オムレツ</p> <p>コッペパン 肉団子のスープ</p> <p>ごまあえ いわしの梅の香揚げ 4~5日目</p> <p>ごはん ひよつづの吸い物</p> <p>ゆで野菜 煮込みハンバーグ</p> <p>パーカー コーンスープ</p> <p>ハウスパン</p>	<p>25</p> <p>チリコンカン オムレツ</p> <p>コッペパン 肉団子のスープ</p> <p>ごまあえ いわしの梅の香揚げ 4~5日目</p> <p>ごはん ひよつづの吸い物</p> <p>ゆで野菜 煮込みハンバーグ</p> <p>パーカー コーンスープ</p> <p>ハウスパン</p>	<p>26</p> <p>ごまあえ いわしの梅の香揚げ 4~5日目</p> <p>ごはん ひよつづの吸い物</p> <p>ゆで野菜 煮込みハンバーグ</p> <p>パーカー コーンスープ</p> <p>ハウスパン</p>	<p>27</p> <p>ゆで野菜 煮込みハンバーグ</p> <p>パーカー コーンスープ</p> <p>ハウスパン</p>

23

冷凍洋梨

中華あえ

ごはん 麻婆豆腐

24

ゆかりあえ いわしのおかか煮

ごはん 厚揚げと豚肉の煮物

チリコンカン オムレツ

コッペパン 肉団子のスープ

25

チリコンカン オムレツ

コッペパン 肉団子のスープ

26

ごまあえ いわしの梅の香揚げ 4~5日目

ごはん ひよつづの吸い物

27

ゆで野菜 煮込みハンバーグ

パーカー コーンスープ

ハウスパン

28

ひじきサラダ ししゃもフライ

枝豆ごはん すまし汁

29

ひじきサラダ ししゃもフライ

枝豆ごはん すまし汁

6月は「食育月間」・毎月19日は「食育の日」

親子と一緒に食事の支度をやる

朝食を食べる習慣をつける

食材の無駄を減らすよう心がける

「食育月間」は、家庭、学校、地域など社会全体で国民的な広がりをもち、食育推進に取り組むために設けられた食育の強化月間です。この機会に「県産のもの食べる」など、できることから実践してみよう！

ご協力をお願いします

片付けの時、ごはん食缶に茶碗一杯分の水を流し入れて下さい。

オレンジやグレープフルーツ、バナナの皮を食器に置かないようにと、お願いしています。また、皮を食缶に入れるときは、袋の中に返すようにして下さい。「あく」は汚れてはなりません。「あく」は汚れてはなりません。お盆に黒いしみがついていても、衛生上の問題はありません。

ごはんのこびりつきを防ぎます。ご協力をお願いします。

給食に出る魚には、家で食べる魚と同じように骨があります。部位によってはたくさん骨がありますので、気をつけてよくかんで食べましょう。