



献立表



日	日曜	朝のおやつ	給食	午後のおやつ
1	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸		
2	月	青のり麩ラスク・牛乳	ナスミート丼・アスパラツナサラダ・コンソメスープ・バナナ	鮭トースト・牛乳
3	火	クラッカーサンド・牛乳	ごはん・厚揚げのうま煮・きゅうりの和え物・豚汁	クッキー・牛乳
4	水	マカロニみたらし・牛乳	ごはん・魚のカレームニエル・フレンチサラダ・オニオンスープ	ココアバナナケーキ・牛乳
5	木	ミルクコーンフレーク	肉みそそうめん・マヨサラダ・すまし汁	ピラフ
6	金	ポップコーン・牛乳	ロールパン・はんぺんのツナチーズ焼き・しりしり・みそ汁	しらすおにぎり
7	土	さつまいも・牛乳	鶏チャーハン・大根のナムル・中華スープ	黒ゴマ蒸しパン・牛乳
8	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸		
9	月	そうめん・牛乳	豚肉の生姜焼き丼・野菜のゆかり和え・みそ汁・もも缶	チーズケーキ風トースト・牛乳
10	火	クラッカーサンド・牛乳	ごはん・魚の中華蒸し・たたききゅうり・わかめスープ	りんごケーキ・牛乳
11	水	麩ラスク・牛乳	ツナとトマトのオイルパスタ・ジャーマンポテト・コンソメスープ	鶏そぼろおにぎり
12	木	チーズポテト・牛乳	ごはん・鶏肉のねぎだれ焼き・ほうれん草のお浸し・みそ汁	お好み焼き・牛乳
13	金	マカロニココア・牛乳	ロールパン・高野豆腐のオランダ煮・人参のマリネ・ポパイスープ	五平もち
14	土	ミルクコーンフレーク	鮭ときのこの炊き込みごはん・菜種和え・すまし汁	ほうれん草蒸しパン・牛乳
15	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸		
16	月	チーズ麩ラスク・牛乳	ネバネバ丼・豚しゃぶサラダ・すまし汁	フレンチトースト・牛乳
17	火	クラッカーサンド・牛乳	ごはん・肉じゃが・酢の物・みそ汁	人参ドーナツ・牛乳
18	水	マカロニきな粉・牛乳	コーンラーメン・はんぺんの磯辺揚げ・野菜のおかか和え	ハムチーズおにぎり
19	木	さつまいもバター・牛乳	ごはん・豆腐のつくね焼き・五色和え・すまし汁	レモンケーキ・牛乳
20	金	ポップコーン・牛乳	ロールパン・魚のチーズパン粉焼き・野菜ソテー・トマトスープ	枝豆おにぎり
21	土	ミルクコーンフレーク	ひじきごはん・たまご焼き・みそ汁	コーン蒸しパン・牛乳
22	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸		
23	月	きなこ麩ラスク・牛乳	カレーライス・おからサラダ・すまし汁	ピザ風トースト・牛乳
24	火	クラッカーサンド・牛乳	ごはん・魚のみぞれ煮・野菜の梅肉和え・みそ汁	枝豆とチーズのスコーン・牛乳
25	水	胡麻マカロニ・牛乳	卵とじうどん・レンコンきんぴら・バナナ	きつねおにぎり
26	木	ツナじゃが・牛乳	ごはん・豚肉の香味焼き・野菜の白和え・すまし汁	せんべい・牛乳
27	金	みかん缶・牛乳	ロールパン・パプリカーシュ チルケ風・ハンガリー風サラダ	ハンガリー風クレープ・牛乳
28	土	ミルクコーンフレーク	五目ごはん・筑前煮・わかめスープ	さつまいも蒸しパン・牛乳
29	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸		
30	月	麩ラスク・牛乳	やきとり丼・オクラのなめたけ和え・みそ汁	のりマヨトースト・牛乳

仕入れの都合により一部献立を変更させていただく場合がございます。

6月は梅雨の時期です。「梅雨」は1年で最も雨が降り、ジメジメして暑い日や肌寒い日などもあり、体調を崩しやすくなります。規則正しい生活を心がけ、毎食しっかり食べて体調管理には十分に気をつけましょう。また、「食中毒」をおこすバイ菌は食べ物についても味やおいしさは変わりません。気づかずに食べて、あとでお腹がいたくなったり、吐き気がして「食中毒だ!」と分かるのです。

食中毒を防ぐためにも、食事の前の手洗いには特に注意しましょう。

6月4日は虫歯予防デーと言われています。きれいで丈夫な永久歯のためには、乳歯が健康であることがとても大切です。ご家庭でも「食べたら磨く」習慣と「だらだら食べをやめる」ことを心がけ、大切な乳歯を虫歯から守りましょう。