

# 6月の予定献立表

月	火	水	木	金
	1 アスパラと 鶏肉の塩炒め ぶりの照り焼き えのき茸の味噌汁	2 キャベツの 甘辛ひき肉丼 オクラのおかか和え オニオンスープ	3 さんまの蒲焼き ほうれん草と もやしの塩炒め 豚汁	4 ハヤシライス キムチサラダ カムカムゼリー
7 豚丼 なめこのおろし和え ニラ卵汁	8 鮭のホイル蒸し 切り干し大根の胡麻和え わかめの味噌汁	9 ビビンバ しば漬け すまし汁	10 鶏肉のから揚げ ブロッコリーの ベーコン炒め そうめん汁	11 全県定通総体
14 焼き鳥丼 きゅうりと もずくの酢の物 キャベツの胡麻味噌汁	15 肉じゃが ほうれん草と 舞茸のバター醤油炒め しめじとコーンの 中華風スープ	16 鯖のみそ煮 すき昆布煮 切り干し大根の味噌汁	17 麻婆豆腐 3色ナムル 親子汁	18 肉野菜炒め こんにゃくの甘辛煮 豆腐の味噌汁
21 和風ハンバーグ ほうれん草の ベーコン和え 春雨スープ	22 白身魚のフライ マカロニのツナ和え なめこ汁	23 ひき肉カレー コールスローサラダ 桃のフルーチェ	24 豚キムチ ちび肉団子 玉ねぎのみそ汁	25 塩ラーメン 鮭わかめおにぎり ピーチフレッシュ
28 鶏肉と野菜の ケチャップ煮 鯖の照り焼き 舞茸汁	29 豚こま肉の生姜焼き 野菜のなめ茸和え 卵スープ	30 ふるさと学習		



## ★6月は食育月間です★

「食育月間」は、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。「朝ご飯は元気のもと」「食べ物が食卓に届くまでを知り」を知り、「ごはんを作ってみよう」「いただきますで楽しい食卓」を実践してみましょう。食に関心を持つための取り組みをしてみましょう。

## 6月は食中毒に細心の注意をしましょう！！

### 食中毒予防の3つの原則

食中毒の原因菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」  
細菌やウイルスの付着を防ぐには正しく手を洗うことです。

