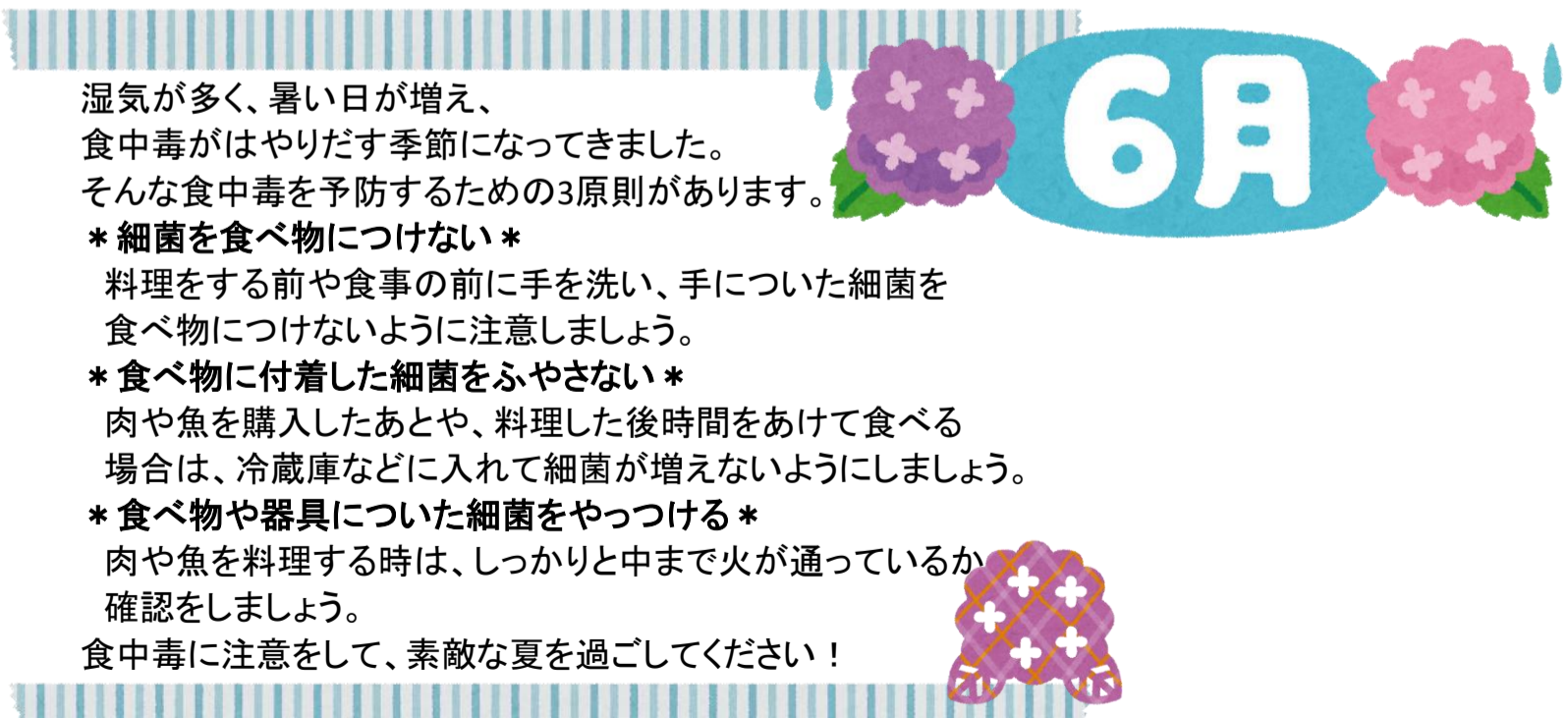


	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)
朝	かに雑炊 千草焼き フルーツ缶(洋梨)	ごはん 小松菜の炒め煮 おぼろ汁 ふりかけ(さけ)	卵雑炊 ほうれん草の煮浸し フルーツ缶(りんご)	鶏雑炊 野菜と豚肉の炒め煮 フルーツ缶(白桃)	芋粥 ツナと野菜の炒め煮 フルーツ缶(みかん)	中華雑炊 じゃが芋のきんぴら フルーツ缶(洋梨)	ごはん なすのそぼろ炒め すまし汁 ふりかけ(カツオ)
昼	赤飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き カリフラワーサラダ フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ	ごはん さばの生姜煮 じゃが芋のそぼろ炒め フルーツ缶(みかん) みそ汁	冷やしぶっかけ肉うどん 豆腐チャンプル キャベツのさっぱり和え フルーツ缶(マンゴー)	ごはん 白身魚のタルタルソース焼き れんこんきんぴら フルーツ缶(パイン) みそ汁	ごはん あじの南蛮漬け ビーフン炒め フルーツ缶(ミックス) 中華スープ	炭火焼風豚丼 畑菜としめじのお浸し フルーツ缶(りんご) みそ汁	ごはん 黄金かれいの煮付け 五目おから フルーツ缶(黄桃) みそ汁
おやつ	赤メロンゼリー	ピーチゼリー	オレンジゼリー	コーヒーゼリー	いちごゼリー	抹茶ゼリー	マスカットゼリー
夕	ごはん さわらのポン酢がけ かぼちゃの煮物 ほうれん草のごま和え	ごはん 豚肉の塩炒め 白菜の煮浸し もずく酢	ごはん ますの照り焼き さつま芋と昆布の煮物 小松菜のなめたけ和え	ごはん 麻婆豆腐 かに焼売 もやしの和え物	ごはん お好み焼き風卵焼き なすの含め煮 ほうれん草の和え物	ごはん ほっけの漬け焼き レバーの炒め物 大根のゆかり和え	ごはん 鶏肉のから揚げ しろなの信田煮 カリフラワーとツナのサラダ

	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)
朝	卵雑炊 白菜の煮浸し フルーツ缶(ミックス)	ごはん 切干大根の炒り煮 みそ汁 ふりかけ(しそ)	かに雑炊 ピーマンの炒め煮 フルーツ缶(洋梨)	鮭雑炊 大豆五目煮 フルーツ缶(パイン)	鶏雑炊 ツナと野菜のソテー フルーツ缶(みかん)	芋粥 厚揚げの味噌炒め フルーツ缶(洋梨)	ごはん ほうれん草の煮浸し すまし汁 ふりかけ(たらこ)
昼	ごはん 牛皿 たまごとブロックのサラダ フルーツ缶(パイン) みそ汁	ごはん 鶏肉のバター醤油ソース ベーコンと野菜のトマト煮込み フルーツ缶(みかん) コンソメスープ	ごはん さわらの塩麹焼き 南瓜のごま和え フルーツ缶(りんご) みそ汁	夏野菜キーマカレー コールスローサラダ フルーツ缶(黄桃) 香の物(福神漬け)	ごはん さばの南部焼き 里芋とちくわの煮物 フルーツ缶(ミックス) みそ汁	ごはん 鶏肉のバター醤油ソース スパゲティサラダ フルーツ缶(りんご) みそ汁	香りごはん かにかま入り卵焼き 炒り鶏 フルーツ缶(パイン) みそ汁
おやつ	ライチゼリー	青りんごゼリー	ぶどうゼリー	赤メロンゼリー	ピーチゼリー	オレンジゼリー	コーヒーゼリー
夕	ごはん しいらの和風ムニエル 肉じゃが キャベツのごまドレッシング和え	ごはん えびと卵の中華炒め しゅうまい 青梗菜の和え物	ごはん トンテキ つみれと大根の煮物 きゅうりの生姜醤油和え	ごはん 赤魚の西京焼き 高野豆腐の含め煮 ほうれん草とかまぼこのお浸し	ごはん とんかつ 冬瓜とえびのくず煮 小松菜の磯和え	ごはん あじの香味焼き なすの煮浸し オクラとえのきのゆず醤油和え	ごはん チーズインハンバーグ ジャーマンポテト 玉ねぎと人参のレモン風味サラダ

	6月15日(月)
朝	中華雑炊 チキンボールと野菜の和風煮 フルーツ缶(みかん)
昼	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ フルーツ缶(マンゴー) 中華スープ
おやつ	いちごゼリー
夕	ごはん ほっけの生姜醤油焼き 南瓜のそぼろがけ もずく酢



湿気が多く、暑い日が増え、
食中毒がはやりだす季節になってきました。
そんな食中毒を予防するための3原則があります。

- * 細菌を食べ物につけない ***
料理をする前や食事の前に手を洗い、手についた細菌を食べ物につけないように注意しましょう。
- * 食べ物に付着した細菌をふやさない ***
肉や魚を購入したあとや、料理した後時間をあけて食べる場合は、冷蔵庫などに入れて細菌が増えないようにしましょう。
- * 食べ物や器具についての細菌をやっつける ***
肉や魚を料理する時は、しっかりと中まで火が通っているか確認をしましょう。

食中毒に注意をして、素敵な夏を過ごしてください！

※献立は一部変更になる場合があります※