献立表

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
昼食	米飯 赤魚の煮つけ 豆腐汁 味付け海苔	米飯 ポークビーンズ 春雨サラダ	米飯 肉じゃが きゅうりの酢の物	米飯 鶏のマーマレード焼き スパゲティサラダ	ポークカレー ヨーグルト ゆで卵	ごま塩ごはん やきそば オレンジゼリー
3時	さやえんどう ミルク	おっとっと 牛乳	ドーナツ ミルク	黒糖蒸しパン 牛乳	源氏パイ 牛乳	キャラメルコーン ジュース
	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
昼食	米飯 八宝菜 蒸ししゅうまい	米飯 鶏肉のみそ煮 バンサンスー	ビビンバ 白菜と豚肉のスープ	米飯 白身魚のカレームニエル ポテトサラダ	チキンライス チンゲン菜の豆乳スープ ゆで卵	サンドイッチ ヨーグルト ジュース
3時	たべっこどうぶつ ミルク	バームクーヘン 牛乳	雪の宿 ミルク	オレンジ 牛乳	ツナサンド 牛乳	ハーベスト
	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
昼食	麻婆豆腐丼 中華スープ	ハヤシライス 和風ドレッシングサラダ バナナ	米飯 お好み風卵焼き ブロッコリーのツナ和え ボイルウインナー	米飯 鮭の味噌マヨ焼き ほうれん草のなめたけ和え	米飯 ハンバーグ ツナみそドレッシングサラダ	
3時	かにぴす ミルク	揚げパン 牛乳	かっぱえびせん 牛乳	クリームパン ミルク	ベジたべる 牛乳	
	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
昼食	米飯 さばの味噌煮 えのきのすまし汁 バナナ	米飯 五目大豆 ブロッコリーのツナマヨ和え	米飯 豚の生姜炒め 磯香和え	ロールパン スパゲティナポリタン バナナ	ひじきご飯 ブロッコリーのおかか和え かきたま汁	サンドイッチ ヨーグルト 乳酸菌飲料
3時	カルピスゼリー 牛乳	ハッピーターン ミルク	ミニメロンパン ミルク	つぶつぶベジタブル 牛乳	アイスクリーム	プリッツ
	30(月)					
昼食						
3時						

※都合により変更する場合があります。

梅雨入りと食中毒予防

じめじめとした梅雨の季節がやってきます。湿度が高くなると、細菌が増殖しやすくなり、食中毒のリスクが高まります。手洗いをしっかり行い、食材は十分に加熱するなど、食中毒予防を徹底しましょう。
ご家庭でも、食品の保存方法に注意し、安全な食事を心がけてくださいね。

旬の味覚：梅雨の恵み

雨が多いこの時期ですが、自然の恵みも豊かになります。
例えば、みずみずしいキュウリやトマト、甘酸っぱい梅などが楽しめます。
旬の食材は栄養価が高く、風味も格別です。子どもたちと一緒に、季節の味覚を味わってみましょう。