

日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前	午後
1月	ハセシシキュー中で卵コルスロー	牛卵人参玉ネギピンスキャバツコンパッ	牛乳 果物	牛乳 せんべい
2火	愛憎弁当の日	ミンチとろろ人参胡瓜じゃが芋シソ	牛乳 クッキー	牛乳 手作りゼリー
3水	すり身の落としあげ <sup>玉ネギのみキ汁</sup> <sup>マヨネーズ</sup>	すり身ハム卵人参玉ネギピンスコン胡瓜じゃが	牛乳 パン	牛乳 クッキー
4木	炒めビーフンわかめスープ 煮豆	豚卵人参ピーマンほうちん草キャバツ	牛乳 せんべい	牛乳 手作りスコーン
5金	豆腐のまりあげ <sup>玉ネギのみキ汁</sup> <sup>マヨネーズ</sup> 野菜のマネ	豚ミンチロースハム人参ネギ胡瓜えのきキャ	牛乳 おかき	牛乳 クラッカー
6土	カレーパーティー	牛じゃが芋人参玉ネギツタ胡瓜	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい
8月	とり団子の干ほうろ <sup>ちくわの磯辺あげ</sup> <sup>中かめとツタの煮物</sup>	ちくわツタとりミンチ人参干ほうろしめじ白菜	牛乳 果物	牛乳 クッキー
9火	筑前煮 <sup>玉ネギのみキ汁</sup> <sup>のり</sup> のりかき卵汁 <sup>甘酢和え</sup>	ハムかしわ卵人参干ほうろネギ胡瓜のり	牛乳 せんべい	牛乳 手作りチーズケーキ
10水	魚のフライ <sup>玉ネギのみキ汁</sup> <sup>のり</sup>	しらす卵人参胡瓜ネギキャバツ玉ネギとろろ	牛乳 パン	牛乳 おかき
11木	変わり大学芋 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> オオナス <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	ソーセージ人参玉ネギとやしのネギジャガイモ	牛乳 おかき	牛乳 せんべい
12金	ナポリタン <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> コーン <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> スープ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	ツナオニオン生クリーム玉ネギクリームコンパッ	牛乳 ビスケット	牛乳 手作りミルクゼリー
13土	焼きうどん <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 豆腐 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> スープ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	カマボコ豚人参ピーマンニラ玉ネギニラ	牛乳 せんべい	牛乳 クッキー
15月	とり団子の干ほうろ <sup>ちくわの磯辺あげ</sup> <sup>中かめとツタの煮物</sup>	ちくわツタとりミンチ卵人参干ほうろしめじ生薑	牛乳 果物	牛乳 おかき
16火	お誕生会	カマボコ干羽中卵人参胡瓜えのきコン	牛乳 クッキー	牛乳 ケーキ
17水	魚の磯辺あげ <sup>玉ネギのみキ汁</sup> <sup>のり</sup>	人参椎茸ネギえのきひき糸こんにゃく	牛乳 おかき	牛乳 せんべい
18木	五目煮 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 豆腐 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 汁 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ゴマ酢和え <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	しらすかしわ人参干ほうろ人参根胡瓜ゆめニ	牛乳 ビスケット	牛乳 手作りパン
19金	唐あげ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ポテサラ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> フロウコ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> リー <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ム <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	かしわじゃが芋フロウコハムシソウ胡瓜	牛乳 せんべい	牛乳 クッキー
20土	揚げ卵の春雨 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> スープ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 南蛮 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> の天 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	たまごピーマン卵人参南蛮白菜椎茸	牛乳 おかき	牛乳 おかき
22月	ミルク入り <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> かいとん <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	かしわハムスライス人参ほうちん草生薑	牛乳 果物	牛乳 せんべい
23火	うま煮 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> かしわ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 卵汁 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ゴマ酢和え <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	しらす天ぷらかしわ人参胡瓜えのき干ほう	牛乳 ビスケット	牛乳 手作りラスク
24水	魚の <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> レモン煮 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> スパイ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ラ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ム <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	ハム人参レモン生薑胡瓜コンパッえのきしめ	牛乳 クッキー	牛乳 クッキー
25木	とりレバーの <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 甘辛煮 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ちくわ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> のマ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ネ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	ちくわ卵人参玉ネギ胡瓜ネギ生薑	牛乳 せんべい	牛乳 手作りゼリー
26金	ひいきー <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ロ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> あ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> げ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> カ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ス <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> フ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	とりミンチ卵汁卵人参玉ネギ胡瓜キャバツ	牛乳 おかき	牛乳 せんべい
27土	焼きそば <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ニラ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 玉 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ス <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> フ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	カマボコ豚卵人参ニラピーマン玉ネギ	牛乳 ビスケット	牛乳 クッキー
29月	とり肉の <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> マ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ス <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ア <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ム <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 炒 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> め <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	ももみベーコン卵人参トマトとやしの胡瓜	牛乳 果物	牛乳 クラッカー
30火	豚肉 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> × <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> リ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> キ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ン <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> び <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ら <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 小 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 松 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 菜 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> 玉 <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ネ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ギ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> キャ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> バ <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup> ム <sup>とやしの</sup> <sup>春味和え</sup>	ちくわ豚ベーコン人参小松菜玉ネギキャバツ	牛乳 クッキー	牛乳 手作りパンケーキ

食育目標  
水分、塩分を、二めに  
とり熱中症を予防  
しましょう。

～食育だよ～ 食中毒に気を付けましょう。  
6月から10月にかけて、細菌の活動しやすい気温と湿度が揃う為、食中毒が多く発生します。  
ご家庭でも食べる前に必ず手洗いし食材は、しっかりと加熱して速やかに食べる様に心掛けて頂きたいと思っております。

