



月	火	水	木	金
1 もち麦ごはん きのこハンバーグ 切干大根サラダ 酸辣湯 牛乳	2 ごはん 鶏の照り焼き じゃが芋のたらこ和え みそ汁 牛乳	3 しっぽくうどん 揚げたこ焼き 牛乳	4 ごはん にんにくの芽炒め オムレツ お麩の吸いもの 牛乳	5 カレーピラフ かぼちゃチーズフライ 白菜と肉団子のスープ ジョア
8 他人丼 もやし中華和え じゃが芋のみそ汁 牛乳	9 ハワイアンロコモコ コーンスープ 牛乳	10 ソース焼きそば ブロッコリーサラダ バニラムース 牛乳	11 ごはん 赤魚の塩焼き 隠元と油揚げのごま和え 豚汁 牛乳	12 ベーグル タンドリーチキン 卵マカロニサラダ 塩バタースープ 牛乳
15 冷やしジャージャー麺 五目春巻 中華サラダ 牛乳	16 山菜の炊込みごはん 厚揚げと豚肉の旨煮 だし巻き玉子 吉野汁 牛乳	17 ハヤシライス 大根サラダ カスタード大判焼 牛乳	18 わかめごはん いわし生姜煮 揚げだし豆腐 せんべい汁 牛乳	19 マーボー丼 わかめと蟹蒲の和えもの 日向夏ゼリー 牛乳
22 ごはん ロースとんかつ キャベツサラダ みそ汁 牛乳	23 ごはん 鯖のプロヴァンス風ソテー キャベツと笹身のサラダ えのきの中華スープ 牛乳	24 給食が出ます	25 オムライス ハムサラダフライ メルジメッキチョコレート アシドミルク	26 チーズバーガー ハッシュドポテト ごぼうサラダ もち麦の鶏スープ 牛乳・ヤクルト
29 えのきそばろ丼 中華風すいとん チョコドーナツ 牛乳	30 ナン フライドチキン 千りコンカン ポテトサラダ ジョア	<p>だんだんと蒸し暑い日が増えてきました。これからの梅雨の時期は食中毒の原因となる菌が増えやすい季節です。食中毒を防ぐには食品の適切な管理と、引き続き手洗い・消毒をしっかりと行うことが大切です。</p> <p>厚生労働省では【食中毒菌を『つけない』『増やさない』『やっつける』】を食中毒予防の三原則として掲げています。温め直しも加熱は十分に、肉・魚・卵等を扱う前後で必ず手洗いを！家庭でもすぐできることなので気を付けてみてください。</p>		

しっぽくうどんは香川県の郷土料理で、しっぽくとは具沢山のご馳走ばいスタイルというメージの名前で

麩は小麦粉を水で練ってきたグルテンから作られます

切干大根には生の大根の20倍のカルシウム、15倍のカリウムが含まれています

赤魚は体の赤い魚の総称でアコウダイなどのメバル類を指す白身魚です

揚げだし豆腐は江戸時代中期にできた料理という説もあります

日本で生まれたカニカマは消費量ではフランスが第1位です！

トマト、にんにくなどを使いフランス南東部のプロヴァンス地方の特徴を取り入れた料理です

豚のロース部分は比較的柔らかい赤身中心の部位です

えのきは疲労回復を促すビタミンB1が豊富です

ナンはイランを起源とし中東や中央アジアで常食とされています



