



月	火	水	木	金
2 牛乳 ごはん ベジ多みそ汁 さわらの幽庵焼き 野菜のごまあえ	3 牛乳 ごはん 四川スープ ビビンバ もやしのナムル	4 牛乳 きな粉揚げパン 野菜スープ アンサンブルエッグ キャベツのサラダ	5 牛乳 ごはん 鶏ごぼうスープ いかカツ はるさめサラダ	6 牛乳 ごはん タンタン麺汁 ショーロンポー じゃこあえ
9 牛乳 ごはん かみなり汁 鶏肉の山賊揚げ 三色こんにゃくサラダ	10 牛乳 ごはん くきわかめスープ 赤魚のみそ粕漬け焼き ごぼうサラダ	11 牛乳 食パン・ブルーベリージャム レタススープ 鶏肉のマーマレード焼き シャキシャキポテトサラダ	12 牛乳 ごはん 豆腐のみそ汁 魚の黄金焼き ひじきの煮つけ	13 牛乳 チキンライス ジュリエヌスープ かぼちゃコロツケ コーンサラダ
16 牛乳 ごはん じゃがいものスープ 豚どんの具 磯マヨサラダ	17 牛乳 ごはん なめこ汁 さばの竜田揚げ ポテトサラダ	18 牛乳 丸パン ポークビーンズ 鶏肉のりんごソース 糸寒天サラダ	19 牛乳 ごはん 五目汁 厚揚げと長ネギの煮付け まぜっこサラダ	20 牛乳 ごはん チキンカレー 焼きウインナー コールスローサラダ
23 牛乳 ごはん いももち汁 あじの塩麴焼き 切干大根の炒り煮 あじさいゼリー	24 牛乳 ごはん 中華スープ 酢豚 海藻サラダ 小4欠食	25 牛乳 黒糖パン コーンスープ スパゲティーミートソース ツナサラダ	26 牛乳 いなりごはん さわにわん ホキフライ ハムサラダ 小5欠食	27 牛乳 ごはん 凍り豆腐のみそ汁 豚肉のしょうが炒め なめたけ和え 小6欠食
30 牛乳 ごはん 具だくさんみそ汁 魚の西京焼き ささみサラダ 中学校欠食				<p>かみかみ食材を使った献立</p> <p>具だくさんみそ汁</p>
				<p>【食育パネル展の紹介】 テーマ:「6月は食育月間 ～松本市のすすめる食育～ 期間:6/2(月)～6/30(金) 会場:八十二銀行 (ウインドギャラリー)</p>

6月 は食育月間です

「食育」ということが言われて数年経ちました。国では6月を「食育月間」としています。親子で料理をしたり、家族で食卓を囲んだりして、身近な「食」を感じてみてはいかがでしょうか。



家族団らん



親子で楽しく



朝ごはんを食べよう!



作ってくれた人に感謝の気持ちをもって...

※ 行事は、変更になる場合があります。ご了承ください。

6月4日～10日は歯の衛生週間

ひみこのはがいで

- 肥満防止
- 味覚の発達
- 言葉の発音はつきり
- 脳の発達
- 歯の病気の予防
- がん予防
- 胃腸快調
- 全力投球

6月4日から10日は歯の衛生週間です。丈夫な歯を作って、保っていくためにかむことの大切さを「ひみこのはがい～ぜ」で、確認しましょう。

