



月	火	水	木	金
		1 牛乳 麦ごはん ポークソテー 大根サラダ 五目汁 ヨーグルト	2 牛乳 米粉パン ささみのレモンソース はるさめサラダ クリームシチュー	3 牛乳 発芽玄米ごはん 厚揚げの肉みそかけ アスパラサラダ いも団子汁 まつもとの日
6 牛乳 麦ごはん サバのカレー焼き 切り干し大根の炒り煮 田舎汁	7 牛乳 チキンライス まぜっこサラダ 冷凍みかん たまごスープ	8 牛乳 はのひ 麦ごはん ししゃもフライ ひじきサラダ 豚汁	9 牛乳 ミニコッペ スパゲティミートソース 寒天サラダ もやしスープ	10 牛乳 麦ごはん チキンのコーンフレーク焼き グリーンサラダ ジュリエンヌスープ
13 牛乳 麦ごはん 焼肉炒め ハリハリ漬け 豆腐のみそ汁 中学校欠食	14 牛乳 麦ごはん いかリングフライ まめまめサラダ みそラーメンスープ	15 牛乳 麦ごはん 鶏肉のマーマレード焼き チーズサラダ レタスとトマトのスープ 甘夏ゼリー	16 牛乳 ココア揚げパン サイコロステーキ のり酢あえ わかめスープ	17 牛乳 チキンカレー フライドベジタブル フルーツ白玉
20 牛乳 麦ごはん いわしのかば揚げ ポテトサラダ 豆腐のすまし汁	21 牛乳 麦ごはん 豚肉のしょうが炒め 即席漬け みそ汁 レモンカスタードタルト 小3欠食	22 牛乳 枝豆梅ごはん さけの塩麹焼き 和風サラダ 白菜そぼろ汁	23 牛乳 アップルパン ポテトのホイル焼き コーンサラダ コンソメスープ	24 牛乳 麦ごはん 鶏の竜田揚げ もやしときゅうりのさっぱりあえ たまねぎのみそ汁 小6欠食
27 牛乳 キムタクごはん ホッケの塩焼き かぼちゃサラダ かみなり汁	28 牛乳 麦ごはん 中華炒め ピリ辛漬け はるさめスープ あじさいゼリー 小3欠食	29 牛乳 麦ごはん カレーメンチ 炒り鶏 実だくさんみそ汁 小5欠食	30 牛乳 丸パン ミートローフ グリーンサラダ ポテトスープ 小5欠食	

食育パネル展のお知らせ

テーマ 「つなごう 食する力」

日時 パネル展示 5月30日(月)～6月5日(日)

イベント日 6月5日(日)11時～13時

場所 イオン南松本店 セントラルコート

イベント内容 パネル展示、クイズラリー、体験コーナー
アルフちゃん&さんぞくん来場

6月は

食育月間



家族みんなで食事を楽しみましょう



食中毒
予防の
キホン

