6月の献立表

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
生姜焼き コロコロポテト わかめサラダ	クリームシチュー 肉団子 ほうれん草お浸し	ミートソーススパゲティ サバの塩焼き ごぼうの唐揚げ ジャーマンポテト みかん	サラダステーキ ウィンナーフライ すきやき風煮 青菜の胡麻和え プチケーキ	チキンカツ ニラまんじゅう 野菜ソテー 金平ごぼう 黄桃
9	10	11	12	13
チキンカツ キャベツソテー 大根と油揚げの煮物 はちみつレモンゼリー	ビビンバ ナムル ちくわの煮物 和風サラダ	焼きそば 魚の竜田揚げ ミートボール 筑前煮 パイン	鶏の味噌焼き ちくわの磯部揚げ ブロッコリーサラダ 生揚げ味噌煮 ゼリー	厚切りハムカツ 海鮮シュウマイ じゃがいものトマト煮 もやしのナムル 豆乳プリン
16	17	18	19	20
鰆の竜田揚げ ちくわとこんにゃくの味噌煮 パイン	チキンカレー さつまいも キャベツの塩もみ	焼きうどん コーンコロッケ コンビネーションオムレツ さつま芋サラダ ゼリー	鶏の唐揚げ かにかま天 ごぼうサラダ つきこんソテー 黄桃	マスのムニエル 春巻き 切り干しカレー風味 コロコロサラダ もっちーな
23	24	25	26	27
かぼちゃ挽肉フライ ナポリタン ひじきの煮物 人参とコーンサラダ	サバの味噌焼き しらたきの煮物 さつま揚げ煮付 大根サラダ	ミートソーススパゲティ 豚の生姜焼き 木の葉しんじょ レンコン金平 ゼリー	魚の唐揚げ 餃子 肉じゃが風 おかか和え 黄桃	鶏の照り焼き テータスティック 海藻サラダ 青菜とコーンソテー
30				
お弁当				

★　給食だより　★　　虫歯を予防しよう

1. 歯質を丈夫にする。歯とその表面を覆っているエナメル質を強くするために、カルシウムやビタミンD、ビタミンCを多く含む食品を食べましょう。
2. 間食のだらだら食いをしない。間食をだらだら食べると、虫歯菌を増やし、かつ、歯垢を歯に付着させてしまいます。
3. 食後は必ず歯磨きをする。食事やおやつを食べた後は、歯磨きをして、虫歯菌が増えないように しましょう。