

月	火	水	木	金
2 ひじきとまめの さんまの あえもの うめに ごはん のっぺい じる	3 ちくわの ちくわの ちぐさあえ チーズやき ごはん そうへい じる	4 かいそう とりにくの サラダ ガーリックやき バターパン ABCマカロニ のスープ はとくちのけんこうしゅうかん	5 キャベツの かみかみ うめあえ かきあげ ごはん とろふとわかめ のみそしる	6 かみかみ やき ナムル ぎょうざ ごはん ポーミトン スープ
9 しゃきしゃき ぶたそぼろどんのぐ ごはん れんこん サラダ	10 こんぶ ししゃも あえ フライ ごはん ちくぜんに	11 コーン サラダ ペンネ アラビアータ こがたパンパン	12 ほきのポテト チーズやき ごはん はなふの すましじる	13 おやこどんのぐ ごはん さっぱり あえ
16 ハヤシライスのぐ ごはん こんにゃく サラダ	17 たくあん いか あえ メンチカツ ごはん あおさの みそしる	18 ツナ はっこうにゅう サラダ オムレツ ミルクパン カレー スープ	19 おかか めばるの あえ しおこうじやき わかめ ぶたにくと ごはん だいこんのもの	20 とうふ ありはり つけ とうふの にくみそがけ にくみそ ごはん げんまい だんごじる
23 きりぼしだいこん のにももの とりてん ごはん すましじる	24 ちゅうか しゅうまい サラダ ごはん マーボー どうふ	25 ささみの ピリからあえ ながさき ちゃんぽん こがたこめこパン	26 あじの ごまあえ てりやき ごはん こうやどうふの たまごとし	27 きゅうりと わかめの てりやき すのもの ハンバーグ ごはん キャベツの みそしる
30 ソース のりあえ ホッケフライ ごはん しんじゃがの そぼろに	6月 きゅうしよくもくひょう 「よくかんでたべよう」 はとくちのけんこうしゅうかんでは、よくかんでたべることができる「かみかみメニュー」が とうじょうします。ふとじになっているメニューをチェックしてください。			



6月4日~10日は 歯と口の健康週間です!

