



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります ※魚には小骨がある可能性がありますので、気をつけて食べましょう

こ ん だ て	<p>は くら けんこうしゅうかん 6/5~6/9 歯と口の健康週間</p> <p>こんだて ていきょう カミカミ献立を提供して いますので、いつもより 多くかむようにしてみましょう。</p> <p>ざんりょうちようさ 6/12~6/16 残量調査</p> <p>やく ねん ざんりょうちようさ おこな 約4年ぶりに残量調査を行います。</p> <p>ちが のこ りょうり いつもと違って、残った料理は はい しょうかん 入っていた食缶やバットなどに もど 戻してくださいね。</p>	<p>しやく ちゅう ぶく よ ぼう せん げん そく 食中毒予防の三原則</p> <p>付けない ●手をきれいに洗う。 ●野菜や果物は流水で洗う。 ●調理器具は清潔なものを使用する。 ●生の肉や魚がほかの食べ物とくっつかないようにする。 ●加熱しないで食べるもの(生野菜など)から取り扱う。</p> <p>増やさない ●生ものや作った料理は、できるだけ早く食べる。 ●すぐに食べない場合は、冷蔵庫や冷凍庫で保管する。</p> <p>やっつける ●加熱が必要な食品は、中心部までしっかりと火を通す。 ●生の肉や魚を切った包丁・まな板はきれいに洗い、塩素系漂白剤や熱湯で消毒をする。</p>	1(木)	2(金)	
あ か	<p>台風2号 接近のため、 休校</p>		台風2号 接近のため、 休校		
こ ん だ て	<p>5(月)</p> <p>コーンとだいずのメンチカツ</p> <p>スパゲティ(めん) ミートなす(具)</p>	<p>6(火)</p> <p>にんじんシリシリ</p> <p>ごはん へちまのみそしる</p>	<p>7(水)</p> <p>歯と口の健康週間</p> <p>さつまいもスティック</p> <p>くるまふとりにくのナゲット</p> <p>ごはん けんちんじる</p>	<p>8(木)</p> <p>歯と口の健康週間</p> <p>ウインナーのチリソースかけ</p> <p>コッペパン きなこあげパン(南小)</p> <p>コーンスープ</p>	<p>9(金)</p> <p>歯と口の健康週間</p> <p>りんごヨーグルトふうゼリー</p> <p>ごさかなのみつがらめ</p> <p>ごはん だいこんのうまに</p>
あ か	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぶたレバー、だいず、とりこ	ぎゅうにゅう、こやとうふ、わかめ、みそ、ツナフレーク、たまご	ぎゅうにゅう、とりこ、とうふ、ふ	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、きなこ、無塩せきベーコン、ぎゅうにく、ぶたにく	
き	こむぎこ、だいず油、オリーブ油、さんおんとう、ラード、こめこ、さとう	こめ、だいず油	こめ、さといも、さつまいも、さとう、こめ油	こむぎこ、さとう、だいず油、さんおんとう、こくとう、アーモンド、じゃがいも、マーガリン、でんぶん、ラード	
み ど り	なす、にんじん、たまねぎ、セロリ、トマト、にんにく、コーン	へちま、ねぎ、こまつな、にんじん、たまねぎ、えだまめ、にんにく	にんじん、だいこん、こまつな、こんにやく、にんにく	だいこん、しいたけ、にんじん、いんげん、りんご	
こ ん だ て	<p>12(月) 6/11は、入梅</p> <p>残量調査 ①</p> <p>あおめゼリー</p> <p>あつあげのいために</p> <p>ごはん こまつなのみそしる</p>	<p>13(火)</p> <p>残量調査 ②</p> <p>ポテトソテー</p> <p>コッペパン きなこあげパン(津小)</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>14(水) 6/15は、しょうがの日</p> <p>残量調査 ③</p> <p>とうにゅうムース</p> <p>さばのしょうがやき</p> <p>ごはん やさいチャンプルー</p>	<p>15(木) 琉球料理の日</p> <p>残量調査 ④</p> <p>パイパイイリチー</p> <p>ごはん クーリジシ</p>	<p>16(金) 和菓子の日</p> <p>残量調査 ⑤</p> <p>たいやき</p> <p>ウッチンライス ささみカツ</p>
あ か	ぎゅうにゅう、とうふ、みそ、あつあげ、ぶたにく	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、きなこ、無塩せきベーコン、とりこ、無塩せきウインナー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、ツナフレーク、さば、とうにゅう	ぎゅうにゅう、とうふ、わかめ、たまご、ツナフレーク、あぶらあげ	
き	こめ、だいず油、ごま油、さとう	こむぎこ、さとう、だいず油、さんおんとう、こくとう、アーモンド、じゃがいも	こめ、だいず油、さんおんとう、ごま油、さとう	こめ、でんぶん、だいず油	
み ど り	こまつな、たまねぎ、にんじん、キャベツ、いんげん、しょうが、うめ	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、トマト、にんにく、アスパラガス、しめじ	にんじん、もやし、キャベツ、からしな、しょうが	しいたけ、たまねぎ、パイパイ、にんじん、にら	
こ ん だ て	<p>19(月) 食育の日</p> <p>ぶたにくとピーマンいため</p> <p>ごはん はるさめスープ</p>	<p>20(火)</p> <p>はっぼうさい</p> <p>ごはん わかめスープ</p>	<p>21(水) 旧暦5/4 ユッカヌヒー</p> <p>こくとうアガラサー</p> <p>せんぎりイリチー</p> <p>ごはん うちなーみそしる</p>	<p>22(木) きれいの日メニュー</p> <p>パインゼリー</p> <p>はつがげんまいりひらつくね</p> <p>やきいも ポロポロジュシー</p>	<p>アレルギー物質を含む食品の表示について</p> <p>料理別に食品を明記した献立表を準備しています。少し読みづらいですが必要な方は担任へ申し出て下さい。</p>
あ か	ぎゅうにゅう、とりこ、ぶたにく	ぎゅうにゅう、わかめ、ちくわ、とうふ、ぶたにく、うずらたまご、とりこ、ほたて	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、わかめ、みそ、かまぼこ、こんぶ	ぎゅうにゅう、とりこ、もずく、だいず	
き	こめ、はるさめ、だいず油、ごま油、さんおんとう、でんぶん	こめ、だいず油、ごま油、さとう、でんぶん	こめ、だいず油、さんおんとう、こむぎこ、こくとう	こめ、おおむぎ、さつまいも、パンこ、でんぶん、ラード、はつがげんまい、さとう	
み ど り	しいたけ、こまつな、にんじん、ピーマン、たまねぎ、たけのこ、にんにく、しょうが	もやし、ねぎ、しょうが、はくさい、たけのこ、にんじん、たまねぎ、きくらげ、しょうが、にんにく	にんじん、とうがら、もやし、角切だいこん、こんにやく、しいたけ	にんじん、こまつな、しいたけ、さとうきび、たまねぎ、パインアップル、シークワサー	
こ ん だ て	<p>26(月)</p> <p>ぶたキムチどん(具)</p> <p>ごはん とうがらスープ</p>	<p>27(火)</p> <p>ビーフンいため</p> <p>ごはん まめめみそしる</p>	<p>28(水)</p> <p>とりこといものあまからに</p> <p>ごはん つみれじる</p>	<p>29(木)</p> <p>たかなオムレツ</p> <p>ごはん とうがらのそぼろに</p>	<p>30(金)</p> <p>マスクットゼリー</p> <p>ひやしちゅうか(たれ) あじフライ</p> <p>きんしたまご</p> <p>ひやしちゅうか(めん) ひやしちゅうか(具)</p>
あ か	ぎゅうにゅう、とりこ、あぶらあげ、ぶたにく、あつあげ、こんぶ、さば	ぎゅうにゅう、とうふ、あぶらあげ、とうにゅう、みそ、ぶたにく	ぎゅうにゅう、いわし、たら、だいず、とうふ、とりこ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりレバー、だいず、あつあげ、たまご	
き	こめ、でんぶん、さとう、だいず油、ごま、ごま油、さんおんとう	こめ、ビーフン、だいず油、ごま油、でんぶん	こめ、さとう、はるさめ、だいず油、じゃがいも、さつまいも、さんおんとう、でんぶん	こめ、だいず油、さんおんとう、でんぶん、さとう	
み ど り	とうがら、にんじん、こまつな、きくらげ、はくさい、たまねぎ、りんご、にんにく、しょうが、もやし、にら	だいこん、ほうれんそう、しめじ、にんじん、ねぎ、たまねぎ、こまつな、ヤングコーン、たけのこ、きくらげ、しょうが、にんにく	こまつな、にんじん、ねぎ、しょうが、たまねぎ、きぬさや	とうがら、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、えだまめ、たかな	