

月	火	水	木	金	土	給食日より
						<p>1 牛乳、クッキー 豚肉と舞茸の混ぜご飯 キャベツとコーンの和え物 オレンジ 味噌汁(じゃが芋、玉葱)</p> <p>牛乳、パンかりんどう</p>
3	4	5	6	7	8	<p>食中毒予防 6つのポイント</p> <p>食中毒が心配な季節です。子どもは幼いほど症状が重くなります。家庭の台所でも食中毒の予防に充分注意して下さい。</p> <p>①買物…肉、魚、野菜の鮮度に注意して購入し、肉や魚の汁がもれないようにする。</p> <p>②保存…冷蔵庫につめすぎないように。冷蔵庫の温度は10℃以下に保つ。</p> <p>③料理の下準備…魚、肉、卵を扱う時は前後に必ず石けんで手洗いをし、切った後のまな板、包丁は熱湯消毒してから使う。</p> <p>④調理…生で食べるものは流水でよく洗い、料理の加熱は充分にする。</p> <p>⑤食事の時…食卓につく前に石けんで手洗いをする。</p> <p>⑥後片づけ…食器類はよく洗い、ふきんは熱湯で5分以上煮る。あまった食品は冷蔵し、食べるときは充分加熱する。</p> 
牛乳、クッキー ご飯 魚のみぞれ焼き ブロッコリーの塩昆布和え ミニトマト オレンジ 味噌汁(もやし、生揚げ)	4 豆乳、クラッカー あんかけ焼きそば きゅうりの中華漬け バナナ 豆腐スープ	5 タイヤ公園 牛乳、小魚せんべい カレーライス ツナとズッキーニのサラダ パイナップル 小魚	6 豆乳、塩せんべい バターロール 鶏のオーロラ焼き レタスとトマトのサラダ メロン おくらのミルクスープ	7 牛乳、ビスケット すき焼き丼 パプリカの甘酢和え オレンジ 味噌汁(茄子、ミョウガ)	8 牛乳、カルシウムせんべい クリームスパゲティ カラフルサラダ バナナ たまごスープ	
牛乳、スパゲティソース	牛乳、米粉パンケーキ	牛乳、コーンフレーク、バナナ	麦茶、おかかチャーハン、スルメ	牛乳、あんこクッキー	牛乳、五平もちご飯	
10 牛乳、ビスケット ご飯 魚の照り焼き 小松菜とひじきの和え物 ミニトマト オレンジ 冬瓜の味噌汁	11 豆乳、塩せんべい きつねうどん 揚げボール煮 きゅうり漬け メロン 小魚	12 牛乳、カルシウムせんべい ネギ豚チャーハン ほうれん草のナムル グレープフルーツ ワンタンスープ	13 豆乳、小魚せんべい バターロール タンドリーチキン サラスパサラダ バナナ トマトスープ	14 牛乳、クラッカー ふりかけご飯 野菜のうま煮 もやし酢 オレンジ 味噌汁(豆腐、葱)	15 牛乳、クッキー 食パン(ジャム) フランクフルトのケチャップ煮 おくらと卵のサラダ バナナ 小魚	
牛乳、塩焼きそば	牛乳、ミロ蒸しパン	牛乳、マシュマロおこし	牛乳、きんぴらご飯、スルメ	牛乳、ゆでとうもろこし	牛乳、じゃこと豆腐の混ぜご飯	
17 牛乳、クッキー ご飯 煮魚 青梗菜の胡麻酢和え ミニトマト オレンジ 高野豆腐の味噌汁	18 豆乳、クラッカー 食パン(ジャム) コーンクリームシチュー 水菜とハムのサラダ バナナ 小魚	19 牛乳、小魚せんべい ご飯 五目卵焼き 小松菜のおかか和え グレープフルーツ 味噌汁(キャベツ、油揚げ)	20 豆乳、ビスケット ミートソーススパゲティ 切り干し大根のサラダ メロン ほうれん草スープ	21 牛乳、塩せんべい わかめご飯 揚げ団子の甘酢あん 人参の土佐煮 ゆでブロッコリー オレンジ けんちん汁	22 牛乳、カルシウムせんべい 豆腐のそぼろ煮 きゅうりのゆかり和え グレープフルーツ 味噌汁(なめこ、わけぎ)	
牛乳、ジャムクッキー	牛乳、味噌おにぎり、スルメ	牛乳、もやしうどん	牛乳、青のリシュガートースト	牛乳、プリン、せんべい	牛乳、ぷくぷくせんべい	
24 牛乳、クッキー ご飯 魚の梅肉焼き ブロッコリーの海苔和え ミニトマト オレンジ 鶏肉とおからの味噌汁	25 豆乳、ビスケット 冷し中華 メロン ハンペンスープ	26 牛乳、ビスケット 炊き込みご飯 ウインナー いんげんのピーナッツ和え オレンジ 味噌汁(かぼちゃ、玉葱)	27 豆乳、クラッカー かえるバーガー(照り焼きチキン) マカロニソース ごぼうサラダ スイカ アスパラスープ	28 牛乳、小魚せんべい そぼろご飯 おくらの白和え パイナップル 味噌汁(大根、さつま揚げ)	29 牛乳、塩せんべい キーマカレー スナップエンドウのサラダ オレンジ ポテトスープ	
麦茶、フルーツヨーグルト クラッカー	牛乳、茶飯海苔巻き、スルメ	牛乳、ピザパン	牛乳、お楽しみケーキ	牛乳、ゆでとうもろこし	牛乳、バナナクッキー	

※ 都合により献立が変更になる場合があります。

★今月の栄養平均：3歳児以上/エネルギー590kcal タンパク質22.7g 3歳未満児/エネルギー502kcal タンパク質19.3g