



6月4日はむし歯予防デー

むし歯がない健康な歯を保っていますか？歯は食べ物をしっかりかむためにとても大切です。かみごたえのあるものを食べたり、食後に必ず歯をみがいたりして、歯を大切にしましょう。また、食べ物をよくかむことは食べ過ぎを防ぎ、消化・吸収を助け、むし歯や歯周病の予防に役立つなど、体によい働きがあります。



月	火	水	木	金	土
<p>6月は食育月間です。 毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食育は、生きる上での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるものです。生涯にわたって健康に過ごすために、「食」について学んでいきましょう。</p>			<p>1</p> <p>ご飯 クラムチャウダー ハニースパイシーチキン 蒸し野菜 果物</p>	<p>2</p> <p>ご飯 さわらの包み焼き 卵の花 カリカリきゅうり 味噌汁、果物</p>	<p>3</p> <p>パン 牛乳</p>
<p>5</p> <p>混ぜ寿司 豆腐の胡麻味噌焼き 添え野菜 すまし汁、果物 (キャロットケーキ)</p>	<p>6</p> <p>ご飯 いわしの蒲焼き 白和え 味噌汁 果物</p>	<p>7</p> <p>ご飯 豚肉とキャベツのすき焼き 風煮物、バイクド里芋 味噌汁、果物 (かしわ餅)</p>	<p>8</p> <p>ご飯 肉団子 野菜の胡麻和え 野菜スープ、果物 (蒸しパン)</p>	<p>9</p> <p>親子丼 酢の物 果物</p>	<p>10</p> <p>パン 牛乳</p>
<p>12</p> <p>ビーンズライス 大根のピクルス じゃがいものスープ煮 果物</p>	<p>13</p> <p>ご飯 鶏肉のサラダ焼き ひじきの煮物 味噌汁、果物 (さつまいもの豆腐パン)</p>	<p>14</p> <p>ご飯 牛肉とごぼうの炒め煮 おくらとキャベツの和え物 味噌汁、果物</p>	<p>15</p> <p>ご飯 白身魚の煮付け さっぱりポテト トマト豚汁、果物 (ブルーチェ)</p>	<p>16</p> <p>豚丼 きゅうりのゆかり和え 果物</p>	<p>17</p> <p>プール設営 そうめん流し</p>
<p>19</p> <p>ハリハリわかめご飯 鮭の西京焼き さつまいもの甘煮 豆腐旨煮椀 果物</p>	<p>20</p> <p>カレーライス サラダ 果物</p>	<p>21</p> <p>ご飯 ししゃもフライ バイクドじゃが 豆乳汁、果物 (ホットケーキ)</p>	<p>22</p> <p>誕生会 誕生会献立 </p>	<p>23</p> <p>ご飯 炒り豆腐 添え野菜 味噌汁、果物 (プリン)</p>	<p>24</p> <p>パン 牛乳</p>
<p>26</p> <p>おこわ ブロッコリーの玉ねぎドレッシング 春雨スープ 果物</p>	<p>27</p> <p>ご飯 豚肉の五目とろみ煮 いんげんの胡麻和え 豆腐すまし汁、果物 (つぶつぶ人参ゼリー)</p>	<p>28</p> <p>ご飯 豆腐の五目焼き トマトのツナ和え 味噌汁 果物</p>	<p>29</p> <p>ご飯 豚肉と昆布の炒め煮 キャベツのしらす和え 味噌汁、果物 (米粉ドーナツ)</p>	<p>30</p> <p>ご飯 さわらの蒸し味噌焼き きゅうりの昆布和え すまし汁 果物</p>	