

6月のこんだて

月	火	水	木	金	土
『ひみこのはがいで』(6月4日~10日)		1	2	3	
<p>ひ...肥満防止 み...味覚の発達 こ...言葉の発音がはっきり の...脳の発達 は...歯の病気を防ぐ が...ガンの予防 い...胃腸を働きを促進 ぜ...全身の体力向上</p>	<p>厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会が1958年方実施している週間です。「歯の衛生に関する正しい知識を国民に対して発信するとともに、歯の病気を予防する習慣を身に付け早期発見及び早期治療を徹底することで歯の寿命を延ばし、健康に過ごせるようにすること」を目的として設定されました。</p>	<p>1</p>  <p>ハヤシライス 野菜スープ 杏仁豆腐</p>	<p>2</p>  <p>ラーメン おにぎり、サラダ シューマイ</p>	<p>3</p>  <p>御飯、ワカメスープ キャベツのミンチカツ ピーナッツサラダ</p>	
6	7	8	9	10	
 <p>カムカムビビンバ丼 すまし汁、サラダ 大学芋</p>	 <p>御飯、味噌汁 チキン南蛮 春雨サラダ</p>	 <p>御飯、豚汁 魚の胡麻マヨ焼き チーズとひじきのサラダ</p>	 <p>ホットドッグ、牛乳 トマトスープ、ゼリー ほうれん草サラダ</p>	 <p>ドライカレー オニオンスープ 中華サラダ</p>	
13	14	15	16	17	18
 <p>チキンパエリア コーンスープ サラダ</p>	 <p>スパゲティ、パン 野菜スープ ゼリー</p>	 <p>御飯、豆乳味噌汁 豚肉の生姜焼き 韓国風マカロニサラダ</p>	 <p>御飯、だご汁 白身魚のグラタン もやしの胡麻和え</p>	 <p>御飯、コロッケ 生姜とワカメのスープ 里芋のかか煮</p>	 <p>御飯、味噌汁 れんこんと挽肉の照り焼き、豆乳プリン</p>
20	21	22	23	24	
 <p>御飯、にら玉スープ ハンバーグ 7品目サラダ</p>	 <p>御飯、武者汁 鶏の醤油香り揚げ もずくの酢の物</p>	 <p>人参サンド、サラダ ミネストローネ ヨーグルト、ジュース</p>	 <p>韓国風シーチキン丼 すまし汁、サラダ 一口饅頭</p>	 <p>御飯、けんちん汁 魚の卸しポン酢かけ タラモサラダ</p>	
27	28	29	30	<p>6月29日はセレクトメニュー！</p> <p>今回は</p> <p>冷やしうどん</p> <p>or</p> <p>冷やしそば</p>	
 <p>御飯、すまし汁 オムレツ ポパイサラダ</p>	 <p>麦御飯、味噌汁 鶏肉の梅麹焼き 冬瓜のエビ葛煮</p>	 <p>冷やしうどん 冷やしそば おにぎり、ターザン 果物</p>	 <p>御飯、サラダ ストラッチャッテラ 魚の味噌チーズ焼き</p>		