

令和5年度

6月上旬給食の紹介

6月1日(木)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・スプーン フォーク

- ・まめまめキーマカレーライス⇨ご飯・お皿・中盛り・へら
カレールウ・おたま1杯
- ・牛乳⇨
- ・切干大根と小松菜のサラダ⇨小皿・トングひとつつかみ多め
- ・カルピスポンチ⇨グリーン碗・中おたま1杯 120g



6月2日(金)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・箸 かみかみメニュー

- ・雑穀ごはん⇨グリーン碗・8分目・へら
- ・牛乳⇨
- ・豚肉とごぼうの揚げ煮⇨お皿・小おたま1杯 60g
- ・かりかりジャコサラダ⇨お皿・トングひとつつかみ
- ・ハリハリ汁⇨オレンジ碗・おたま1杯



6月6日(火)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・箸

- ・ご飯⇨グリーン碗・8分目・へら
- ・牛乳⇨
- ・カツンカツ⇨お皿・1人1枚・トング
- ・漬漬け野菜⇨お皿・トングひとつつかみ
- ・五目汁⇨オレンジ碗・おたま1杯 170g



6月7日(水)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・箸 スプーン

- ・中華おこわ⇨お皿・中盛りやや多め・へら 250g
- ・牛乳⇨
- ・じゃがと高野豆腐の唐揚げ⇨小皿・小おたま1杯 70g
- ・青梗菜のスープ⇨オレンジ碗・おたま1杯



6月8日(木)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・スプーン フォーク

- ・ウィンナー入りピラフ⇨お皿・中盛り・へら 220g
- ・牛乳⇨
- ・鶏肉ズッキーニのチーズ焼き⇨トレー・1個・手袋
- ・トマトときのこのスープ⇨オレンジ碗・おたま1杯



6月9日(金)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・箸 スプーン

- ・豚肉のしくれ煮⇨ご飯・お皿・中盛り・へら
- ・牛乳⇨ しくれ煮・ご飯の横に・中おたま1杯120g
- ・梅ドレし和風サラダ⇨小皿・トングひとつつかみ
- ・吉野汁⇨オレンジ碗・おたま1杯
- ・あじさいゼリー⇨トレー・1人1個(手袋)



6月12日(月)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・箸 スプーン

- ・ご飯⇨グリーン碗・8分目・へら
- ・牛乳⇨
- ・唐揚げ豚肉のスタミナ炒め⇨お皿・中おたま2杯 260g
- ・レタス中華卵スープ⇨オレンジ碗・おたま1杯



6月13日(火)【6月は食育月間】 目安量

本日のメニュー ・スプーン フォーク

- ・焼肉ロールトースト⇨お皿・1本(手袋)
 - ・牛乳⇨ アルミホイルはパン缶へもとして
 - ・ツナのカラフルサラダ⇨小皿・トングひとつつかみ
 - ・ABCトマトスープ⇨オレンジ碗・おたま1杯
- ※食事の前はしっかり手洗いしましょう!!

