

# 6月上旬給食の紹介

6月4日(火) かみかみメニュー 目安量

**本日のメニュー** ・箸

- ・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
- ・カリカリじゃこサラダ⇒お皿・トンゴひとつかみ
- ・ハリハリ汁⇒オレンジ碗・おたま1杯



6月6日(木) 【食育月間】目安量

**本日のメニュー** ・スプーン フォーク

- ・ウィンナーピラフ⇒お皿・中盛り多め・へら
- ・ミルクコーヒー⇒牛乳と同じリサイクルです
- ・鶏肉とズッキーニチーズ焼き⇒トレー(手袋)
- ・トマトきのこスープ⇒オレンジ碗・おたま1杯
- ※食事の前はきちんと手洗いしましょう!!



6月7日(金) 【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⇒骨太ふりかけ⇒スプーン1杯をかける
- ・肉じゃが⇒お皿・中おたま1杯多め
- ・みそ汁⇒オレンジ碗・おたま1杯
- ・冷凍みかん⇒トレー・1人1個(手袋)



6月10日(月) 【食育月間】目安量

**本日のメニュー** ・箸 スプーン

- ・豚肉しぐれ煮⇒ご飯・お皿・中盛り・へら
- ・牛乳⇒味噌煮・ご飯におたま1杯をかける
- ・梅ドレ和風サラダ⇒小皿・トンゴひとつかみ
- ・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11日(火) 【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人1本(手袋)
- ・牛乳⇒
- ・カラフルツナサラダ⇒小皿・トンゴひとつかみ多め
- ・ABCミネストローネ⇒オレンジ碗・おたま1杯
- ※食事の前はきちんと手洗いしましょう!!



6月12日(水) 【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⇒しそひじきふりかけ・スプーン1杯
- ・梅運カツ⇒お皿・1人1個・トンゴ
- ・漬漬野菜⇒お皿・トンゴひとつかみ
- ・五目汁⇒オレンジ碗・おたま1杯



6月13日(木) 【食育月間】目安量

**本日のメニュー** ・箸 スプーン

- ・ジャージャー麺⇒めん・お皿・中盛り・トンゴ
- ・牛乳⇒めんは、ほくレスープでほぐす
- ・ジャージャー麺の具・中おたま1杯
- ・生きくらのスープ⇒オレンジ碗・おたま1杯
- ・抹茶マラーカオ⇒トレー・1人1個・トンゴ



6月14日(木) 【食育月間】目安量

**本日のメニュー** ・箸

- ・ゆかりご飯⇒グリーン碗・8分目・へら
- ・牛乳⇒
- ・夏野菜と鮭の味噌マヨネーズ焼き⇒お皿・1個(手袋)
- ・小松菜のおひたし⇒お皿・トンゴひとつかみ
- ・きゃべつとん汁⇒オレンジ碗・おたま1杯

