








# 6月もりつけ表



<p>3日 (月)</p>   <p>そばのみそに ごまあえ</p>   <p>白ごはん かきたまじる</p> 	<p>4日 (火)</p>   <p>だいずとごまかなのいろどりごまからめ トマト</p>   <p>白ごはん すきやきに</p> 	<p>5日 (水)</p>   <p>れいとうみかん</p>   <p>そぼろツッコー ごはん けんちんじる</p> 	<p>6日 (木)</p>   <p>わふうハンバーグ こふきいも</p>   <p>白ごはん とりやさじる</p> 	<p>7日 (金)</p>   <p>はるさめサラダ</p>   <p>白ごはん すぶた</p> 
<p>10日 (月)</p>    <p>ハヤシライス 4しゆのまめのサラダ</p> 	<p>11日 (火)</p>   <p>チーズとやさいの サラダ</p>   <p>バターロール スパゲティミートソース</p> 	<p>12日 (水)</p>   <p>めぎすのからあげ はしたてさんわかめのすのもの</p>   <p>白ごはん しんじやがの そばろに</p> 	<p>13日 (木)</p>   <p>れいしやぶサラダ ヨーグルト</p>   <p>白ごはん かぼちゃのみそる</p> 	<p>14日 (金)</p>   <p>ふくらぎの やさいあんかけ</p>   <p>白ごはん ちゅうかふう たまごスープ</p> 
<p>17日 (月)</p>   <p>あげぎゅうざ もやしナムル</p>   <p>白ごはん マーボー豆腐</p> 	<p>18日 (火)</p>   <p>とりにくのバーベキューソース きりほしだいごんのサラダ</p>   <p>白ごはん こめこの クリームスープ</p> 	<p>19日 (水)</p>    <p>さばの にしよごはん スタミナ とんじる</p> 	<p>20日 (木)</p>   <p>いとこんぶのいために トマト</p>   <p>白ごはん かやくうどん</p> 	<p>21日 (金)</p>   <p>タツカルビ ぶどうゼリー</p>   <p>白ごはん かいせん ワンタンスープ</p> 
<p>24日 (月)</p>   <p>あじフライ こまつなのソテー</p>   <p>わかめごはん トマトスープに</p> 	<p>25日 (火)</p>    <p>ぶたにくとビーマンの ちゅうかライス とろふとおなの スープ</p> 	<p>26日 (水)</p>    <p>カレーライス ふくじんづけ かみかみ サラダ</p> 	<p>27日 (木)</p>   <p>オムレツ ラタトゥイユ ココアワッフル</p>   <p>白ごはん ふりかけ ポテトスープ</p> 	<p>28日 (金)</p>   <p>メンチカツ グリーンサラダ</p>   <p>じゅうろっこごはん ごましお はしたてさん わかめのみそる</p> 

よくかむ



はみがき



バランスよく



# 食育月間



歯と口の健康週間

