



月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日	土 6日
赤飯 メバル西京焼き さつま芋と豚肉の煮物 小松菜のかにかま和え 吸物	ご飯 ピーマンの肉詰め 千切り野菜の煮物 白和え 味噌汁	ご飯 サバ土佐煮 かぶと竹輪の含め煮 もやしの和え物 吸物	ミニ菜めし だし汁カレーきし麺 厚揚げと小松菜の生姜煮 いちごジャムヨーグルト	ご飯 赤魚味噌幽庵焼き 三角信田煮 ほうれん草の梅がけ 吸物	ご飯 チーズコロッケ ごぼうとさつま揚げの金平 カリフラワーおかか和え 味噌汁
8日	9日	10日	11日	12日	13日
ご飯 十勝風豚皿 野菜のちゃんぽん風煮 おくらとひじきの和え物 味噌汁	ご飯 チキンクリーム煮 野菜入り炒り玉子 菜の花の胡麻よごし コンソメスープ	冷やし中華 ふりかけご飯 カリフラワーのコンビーフ風味 フルーツ（りんご缶）	ご飯 さんま塩焼き ひじきの彩り煮 春菊の中華和え 味噌汁	ご飯 マーボー豆腐 海鮮水餃子 山菜のさっぱり和え 中華スープ	ご飯 やわらかいかハンバーグ 蒸し鶏のサラダ フルーツ（みかん缶） 吸物
15日	16日	17日	18日	19日	20日
★行事食 炊き込みご飯 春雨と野菜のスープ煮（タイピーエン） カリフラワーのクリーム煮 大豆とえんどう豆のサラダ デザート（白桃ムースケーキ）	ご飯 白身魚の南蛮漬け 焼き餃子 根菜和風サラダ 味噌汁	ご飯 肉じゃが チヂミ なす生姜風味煮 中華スープ	ご飯 ピーマンの肉詰め キャベツとベーコンのソテー マンゴープリン 味噌汁	焼きそば おにぎり オクラの胡麻和え フルーツミックス 吸物	ご飯 シルバー照り焼き かぼちゃのクリーミー仕立て インゲンの錦糸和え 吸物
22日	23日	24日	25日	26日	27日
ご飯 チキンロイヤル 水餃子のスープ煮 キャベツのカレー風味和え 中華スープ	モロヘイヤのたぬきそば ふりかけご飯 アオサしんじょの中華あんかけ フルーツ（白桃缶）	ご飯 ホッケ塩焼き 野菜入り炒り豆腐 ポテトサラダ 味噌汁	★行事食 ご飯 豚肉と玉ねぎの味噌仕立て えび天ぷら 小松菜のかにかま和え 吸物 和菓子（梅雨あじさい）	ご飯 イワシ煮付け梅醤油 カリフラワーフレンチサラダ 瀬戸内レモンはちみつゼリー 吸物	ご飯 クリーミーコロッケ 小松菜とウインナーのソテー ワカメとオクラの酢の物 味噌汁
29日	30日	<div data-bbox="994 1659 1127 1984" data-label="Text"> <p>食中毒原因は</p> </div> <div data-bbox="1142 1659 1810 1984" data-label="Complex-Block"> <p>6月に多い</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  湿度の上昇 </div> <div style="text-align: center;">  気温の上昇 </div> <div style="text-align: center;">  室温管理の油断 </div> </div> </div> <div data-bbox="1825 1659 1944 1984" data-label="Text"> <p>食中毒予防の3原則</p> </div> <div data-bbox="1958 1659 2834 1984" data-label="Complex-Block"> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>① つけない</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 手洗いの励行 ※手洗いは食中毒予防の基本！ ● 調理器具の洗浄、殺菌 ● 調理場内の整理整頓 </div> <div style="width: 30%;"> <p>② 増やさない</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 適切な温度管理（冷蔵は10℃以下、冷凍は-15℃以下、保温は65℃以上） ● 調理後は速やかに食べる ● 調理済み食品は室温で放置しない ※冷蔵庫内の詰めすぎには注意。7割程度が目安です。 </div> <div style="width: 30%;"> <p>③ やっつける</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 加熱処理（食品は中心温度が75℃で1分以上の加熱が必要。ノロウイルスは85～90℃で90秒以上の加熱が必要。） </div> </div> </div>			
ご飯 コンビオムレツ 高野の含め煮 白菜と彩り野菜の塩煮 コンソメスープ	ご飯 ぶりみぞれ揚げ はんぺんの白だし煮 ゴーヤ浅漬け風 水ようかん 吸物				