



ミルクたんぽぽ園

月	火	水	木	金	土
2日 豆腐ハンバーグ きんぴら 味噌汁 ご飯 牛乳 りんごゼリー	3日 生姜焼き 春雨サラダ 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 豆腐レモンケーキ	4日 鯖の竜田揚げ めかぶと長いもの和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 若鮎	5日 鯡の野菜マリネ 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 アップルパイ風	6日 キーマカレー サラダ 果物 牛乳 豆腐とりんごのドーナツ	7日 鯖のそぼろ丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 チーズ
9日 がんも 和え物 味噌汁 麦ごはん 牛乳 かりかりいりこ	10日 肉じゃが 酢の物 味噌汁 果物 ご飯 牛乳 ほうれん草のカップケーキ	11日 鯖の味噌煮 白和え すまし汁 ご飯 牛乳 チヂミ	12日 豆腐と豚バラのネギ塩炒め 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 南瓜饅頭	13日 鶏天 煮びたし 味噌汁 ご飯 牛乳 さつまいもとりんごの甘煮	14日 いわしのかば焼き丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 ゼリー
16日 鮭の塩焼き 和え物 鶏汁 ご飯 牛乳 和菓子（和菓子の日）	17日 茄子と豚肉の梅だし炒め 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 メレンゲクッキー	18日 かつおの角煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 きなこ棒	19日 パスタ サラダ スープ 果物 フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	20日 麻婆豆腐 ナムル スープ ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	21日 サラダ丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 ラスク
23日 もやしチャンプルー 人参しりしり 味噌汁（もずく） ご飯 牛乳 おにぎり	24日 太刀魚の中華蒸し 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 大豆のカレー風味揚げ	25日 お好み焼き 和え物 味噌汁 おにぎり 牛乳 ゼリー	26日 鯖缶コロッケ 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 フローズンヨーグルト	27日 タンドリーチキン サラダ スープ パン 果物 牛乳 カップケーキ	28日 キッシュ サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり
30日 鰯の天ぷら 和え物 すまし汁 混ぜご飯 牛乳 水無月					

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

★4日 虫歯予防デー : 6/4~6/10は歯と口の健康週間。しっかり歯を丈夫に！！

★21日 夏至 : 二十四節気の1つで、1年で最も昼の時間が長くなる日。この日を過ぎると本格的な夏が始まることを意味し、冬至にかぼちゃを食べるように夏至にも何かを食べる習慣がある。地方によってさまざまだが、関西ではタコの八本足のようにイネが深く根を張ることを祈願してタコを食べる。

★23日 沖縄慰霊の日 : 1945年6月23日に沖縄戦の組織的戦闘が終結したことにちなんだ記念日。沖縄県では、国の機関以外の役所・学校等は休みとなる。

★30日 : 水無月 京都名産、関西地方の和菓子。神事、夏越の祓のお菓子。夏バテ予防の風習から来ています。三角形の形は氷の角を表し、小豆は邪気払いや悪魔祓いという意味でのせられています。

旬の食材☆アスパラガス・いんげん・なす・ピーマン・さやえんどう・まぐろ・さくらんぼ・夏ミカン・メロン

