



こんだまびょう

さくら おかどくべつしえんがっこう
桜が丘特別支援学校

<p>6月4日から10日は 歯の衛生週間</p> <p>食べたら歯みがき!</p>	<p>6月の目標 よくかんで食べよう</p> <p>かむことの効果</p> <p>むし歯を防ぐ・・・かむことで、だ液がたかさん分泌され、むし歯菌が活性化しにくくなります。</p> <p>消化・吸収をよくする・・・食べ物を細かくかみくだき、だ液と混ぜ合わせて飲み込むことで、胃や腸での消化・吸収がよくなります。</p>		<p>1 (木)</p> <p>フレンチサラダ </p> <p>ポテトグラタン </p> <p>はちみつパン </p> <p>とりだんごスープ </p>	<p>2 (金) かみかみ こんだて</p> <p>ゆてぼしだいこんのすのもの </p> <p>おさつスティック </p> <p>きびなごごまフライ </p> <p>ちくぜんに </p> <p>むぎごはん </p>
<p>5 (月)</p> <p>だいずとひじきのふくめに </p> <p>パイナップル </p> <p>とりにくのあまずやき </p> <p>むぎごはん </p> <p>なすのみそしる </p>	<p>6 (火)</p> <p>みかんゼリー </p> <p>ベジカレー </p> <p>かいそうサラダ </p>	<p>7 (水)</p> <p>ゆてぼしだいこんのりごまサラダ </p> <p>こおりとうふとさけのあげに </p> <p>どうもろこしごはん </p> <p>やさいわん </p>	<p>8 (木)</p> <p>ちゅうかドレッシングサラダ </p> <p>バナナ </p> <p>スパニッシュオムレツ </p> <p>こめパン </p> <p>ミネストローネ </p>	<p>9 (金) 入梅 こんだて</p> <p>うめかつおあえ </p> <p>てづくりかまぼこ </p> <p>おぎごはん </p> <p>タイビーエン </p>
<p>12 (月)</p> <p>アーモンドあえ </p> <p>ぶたにくのしょうがやき </p> <p>むぎごはん </p> <p>あかだし </p>	<p>13 (火)</p> <p>トマトサラダ </p> <p>れいとうみかん </p> <p>クリームスープ </p> <p>とりごぼうピラフ </p>	<p>14 (水)</p> <p>どうもろこし </p> <p>あじのなんばんづけ </p> <p>なつやさいみそしる </p> <p>えだまめごはん </p>	<p>15 (木)</p> <p>アスパラのサラダ </p> <p>バナナ </p> <p>スパゲッティミートソース </p> <p>ミニクワッサン </p>	<p>16 (金)</p> <p>トマトわかめのすのもの </p> <p>さんまみぞれに </p> <p>かぼちゃのそぼろに </p> <p>おぎごはん </p>
<p>19 (月) 食育の日</p> <p>ひゅうがなつゼリー </p> <p>のりずあえ </p> <p>こいわしうめのかあげ </p> <p>ごとううどん </p>	<p>20 (火)</p> <p>コーンシューマイ </p> <p>はるさめとやさいのスープ </p> <p>ちゅうかどん </p>	<p>21 (水)</p> <p>あとひきおに </p> <p>キウイ </p> <p>さかなのマスタード焼き </p> <p>おふとこまつなのみそしる </p> <p>むぎごはん </p>	<p>22 (木)</p> <p>あつあげとぶたにくのみそいため </p> <p>てづくりふりかけ </p> <p>むぎごはん </p> <p>かきたまじる </p>	<p>23 (金)</p> <p>コールスローサラダ </p> <p>わふうハンバーグ </p> <p>ごはん </p> <p>もずくスープ </p>
<p>26 (月)</p> <p>ごまじゃこサラダ </p> <p>さけのムニエル </p> <p>むぎごはん </p> <p>とりごぼうじる </p>	<p>27 (火)</p> <p>メロン </p> <p>わかめスープ </p> <p>ピビンバ </p>	<p>28 (水)</p> <p>ごとうさんさいのもの </p> <p>スイカ </p> <p>アジフライ </p> <p>むぎごはん </p> <p>とうがのみそしる </p>	<p>29 (木) 世界の料理 インド</p> <p>みそドレッシングサラダ </p> <p>バナナコッタ </p> <p>ナン </p> <p>ドライカレー </p>	<p>30 (金)</p> <p>クイツィオのカレーソーテー </p> <p>とりにくのパーベキューソース </p> <p>ごはん </p> <p>なつやさいスープ </p>