

今月の
もくひょう

正しい食事のマナーを身につけよう。

月	火	水	木	金
1 さけのりよくちやあ ごはん ごもくに じゃがいもとたまねぎのみそしる 牛乳	2 G7関連献立 (イギリス) ホキフライ フライドポテト パン スコッチブロス 牛乳	3 けんぽうきねんび 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
8 チンゲンサイのちゅうかあえ あまなつかん ごはん すぶた 牛乳	9 G7関連献立 (カナダ) こまつなとコーンのサラダ かくチーズ メープルシロップ パン じゃがいもの 牛乳	10 季節の料理 さわらのきのめみそかけ キャベツともやしの あえもの ごはん とろふのすましる 牛乳	11 ひじきいりすのもの かしわもち にくごぼううどん うどんのしる うどん 牛乳	12 季節の料理 やきししゃも(2び) キャベツとたくあんの あえもの まめごはん とんじる 牛乳
15 わかどりとだいずのあまから きゅうりのすのもの ごはん わかめじる 牛乳	16 ノンエッグマヨネーズ ヨーグルト じゃがいものサラダ パン チリコンカン 牛乳	17 郷土料理 (沖縄県) にんじんしりしり じゃーし むずくのみそしる ソフトめん ミートソースかけ ソフトめん 牛乳	18 かいそうサラダ ひゅうがなつ にくごぼううどん うどんのしる うどん ミートソース 牛乳	19 くきわかめのすのもの けんまいいりごはん にくじゃが 牛乳
22 さばのたつたあげ きりぼしだいこんの あえもの ごはん にらたまじる 牛乳	23 G7関連献立 (イタリア) 地場産物 (アスパラ) 活用献立 グリーンアスパラガスの サラダ わかどりのマーマレードやき はいがパン ミネストローネ 牛乳	24 ホイコーロー みしょうかん ごはん ちゅうかスープ 牛乳	25 かいそうとツナのサラダ ひゅうがなつゼリー ごはん チキンカレー ルウ 牛乳	26 いわしのみりんぼし いそけ ごはん あつあげの みそしる 牛乳
29 ふりかえきゅうぎょうび 振替休業日	30 G7関連献立 (ドイツ) ミートサンドの ブルーン ミートサンド アイントフ 牛乳	31 ぶたにくのしょうがやき ちぐさあえ ごはん えのきたけの みそしる 牛乳	おわんの持ち方 親指をふちにかける 残りの指を感にそえる せすじを「ピン」とのぼす 手を「グー」にして こぶしひとつ分あげる リょうあし 両足を「ピタ」っと ゆかにつける	

- ※ 手洗い、身支度をととのえてから準備しましょう。
- ※ 食事中は前を向いて、静かに食べましょう。
- ※ 食器は正しい位置に置き、手に持って食べましょう。