

★6月…旬の食べ物★

いんげん きゅうり

トマト あじ いわし

メロン バイン マンゴー

好き嫌いなく食べて、元気な体を作りましょう！！



食中毒予防をしましょう



食中毒は1年を通して発生しますが、とくに梅雨時は

高温・多湿で細菌やウイルスが増えやすく、

食中毒が多発する季節だといわれています。

帰宅時や食事前には念入りに手洗い、うがいを

食中毒予防を行いましょう！！



Main table containing 7 columns of daily meal plans (3日(月) to 28日(金)), each with a list of dishes and a nutritional breakdown table (Energy, Protein, Fat, Carbohydrates, Fiber).

※魚に関しては、噛み砕ける程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承下さい。