



# 献立のお知らせ



令和 元年 7月 7日～ 令和 元年 7月 20日

日	月	火	水	木	金	土
7	8	9	10	11	12	13
いなり寿司 七夕そうめん汁 星コロッケ 小松菜の おかか和え 	中華丼 焼ばらのり味噌汁 焼き餃子 たたききゅうり 	ご飯 レタスのスープ 鶏肉のケチャップ煮 プチグラタン アスパラと 豆サラダ 	ご飯 とろろ昆布味噌汁 豚肉の干切り炒め かぼちゃの甘煮 きゃべつの 香味和え 	ご飯 わらび味噌汁 ますの塩焼き 蒸し物の あんかけ  菜の花の からしみそ和え	ご飯 大根味噌汁  牛丼風煮 冷奴 ほうれん草の くるみ和え	ご飯 卵味噌汁 かれのいの照り煮 白菜の油炒め めがぶ酢 
14	15	16	17	18	19	20
ご飯 もやし味噌汁 スペイン風オムレツ おからフライ カリフラワーの サラダ	枝豆ご飯  清し汁  銀鮭の焼魚 とうがんのくず煮 菜の花の 磯辺和え  <b>海の日</b>	ご飯 なめこ味噌汁 さわらの みそバター焼き ひじき炒め スナックエンドウの ピーナッツ和え	ご飯 ぜんまい味噌汁 とり天 スパゲティサラダ ごぼうの 土佐煮 	ご飯 かぼちゃポタージュ ハンバーグ カリフラワーソテー きゃべつの サラダ 	冷やしたぬき そうめん 肉じゃが ふきの酢みそ和え 	ご飯 えのき味噌汁 牛肉のみそ炒め 含め煮 とろろ芋 

※都合により献立の内容が変更になる場合があります。ご了承下さい。

## \*\*\*\* 『食中毒予防』③ について \*\*\*\*

今回は食中毒予防三原則の一つ「菌をやっつける」についてお話します。

- ほとんどの細菌やウィルスは加熱によって死滅するので肉や魚はもちろん野菜なども加熱して食べれば安全です。
- 調理した後のまな板や包丁なども洗剤でよく洗ってから熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。



※ちょっとでも怪しいと思ったら食べずに捨てましょう。  
食中毒は予防方法をきちんと守れば予防できます。



お肉大好きです。  
今日のスタミナ  
ビーフも美味しかったですよ。

成田 きみ 様

※メニュー  
ご飯・えのき茸味噌汁  
スタミナビーフ・なすのだし煮  
菜の花の磯辺和え

