



Main table with columns for date, menu name, ingredients, and energy values. Includes rows for days 1 through 30.

○佐世保市産の食材(予定)

○長崎県産の食材(予定)

米 牛乳 煮干し きゅうり
パセリ

しょうが しめじ えのきたけ
しいたけ メロン キャベツ ひよつる きびなご

よくかむと良いことたくさん!

Diagram showing benefits of chewing: brain circulation, muscle stimulation, prevention of overeating, and better digestion.

6月の献立について

6月4日~10日は「歯と口の健康週間」です。この期間にかみごたえのある食材や、カルシウムを多く含む食材を献立に取り入れています。

毎月19日は「食育の日」です。この機会に「朝食を食べる習慣をつける」「県内産を食べる」などしてみましょう。

6月15日は県内産のメロンを使用しています。

※天候等により献立を変更する場合があります。

