

6月



いよいよ蒸し暑い梅雨が
やってきました。

熱中症予防のために

水分を十分摂って暑い夏に
備えましょう。



今月の特別献立

1日	月曜日	第2愛港園創立記念日
10日	水曜日	お誕生日会
13日	土曜日	父の日（6/21の振り替え）



6月1日は第2愛港園の創立記念日です。

みなさまのおかげで迎えられたことをうれしく思います。

本年度より昼食は松花堂弁当をご用意致します。

今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



6月の旬

トマト

トマトは夏を代表するおいしい野菜です。
抗酸化作用を持つビタミン類を多く含みます。

鮎（あゆ）

きゅうりに似た独特の香りがすることから
「香魚（こうぎょ）」とも呼ばれます。

梅（うめ）

梅干しや梅酒にするのが有名ですが、最近では
アルコールを含まない梅ジュースも人気です。