


へいせい30ねん 6がつのこんだて  しょくいくげっかん 食育月間

日	曜日	パン	ジャム、 チーズなど	の み もの	おおきいおかず	ちいさいおかず		くだもの デザート	ひとこと
1	金	ごはん		ぎゅうにゅう 	スーラータンふう スープ	チンジャオロースー			6月は 食育月間
4	月	ごはん	こんぶの つくだに	ぎゅうにゅう 	ごじる	かわりきんぴら			つくだ煮 の由来は
5	火	はいが パン	チーズ	ぎゅうにゅう 	やさいスープ	ハンバーグ トマトソース	じゃがいもの ソテー		6/4~10 歯と口 の健康週間
6	水	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	さわにわん	いわしのかば やき(1人2枚)	からじょうゆ あえ		沢煮椀 の由来は
7	木	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	とりごぼう ごはんのぐ	ぶどうまめ		旬の食品 ごぼう
8	金	くろ パン		ぎゅうにゅう 	ホワイトシチュー	アスパラガスのソテー		冷凍パイン アップル	小皿に パイン
11	月	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	ぶたじる	ツナそぼろ	そくせきづけ		まごポイント 5
12	火	ごはん		ぎゅうにゅう 	にくじゃが	きゅうりの ばいにくあえ	だいずとじゃこの いりに		まごポイント 5
13	水	うめ ごはん		ぎゅうにゅう 	かきたまじる	あじのあんかけ	ごまずあえ		自校炊飯 梅ごはん
14	木	チーズ パン		ぎゅうにゅう 	スパゲティ ミートソース	キャベツサラダ		メロン	旬の食品 メロン
15	金	はいが ごはん	なつとう 【たれ】	ぎゅうにゅう 	とうがんのすまじる	ぶたにくときりぼしだいこんの にもの			高学年 ごはん多め
18	月	はいが ごはん		ブルー はっこう乳	ポークカレー	わかめサラダ			中高学年 ごはん多め
19	火	ロール パン		ぎゅうにゅう 	にらたまスープ	かわりごもくまめ			19日は 食育の日
20	水	ごはん		ぎゅうにゅう 	ポークストロガノフ	ヴィネグレットサラダ			ワールドカップ 応援メニュー★
21	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	けんちんじる	さばのみそに	ごまじょうゆあえ		まごポイント 5
22	金	ごはん		ぎゅうにゅう 	チリコンカーン	かんぴょうのソテー			中高学年 ごはん多め
25	月	ぶどう パン		ぎゅうにゅう 	ミネストローネ	きびなごフライ (重さでくばります)	ミックス フルーツ		よくかんで 食べよう
26	火	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	はるさめスープ	ビビンバ 【にく】【ひじきのナムル】			中高学年 ごはん多め
27	水	ごはん		ぎゅうにゅう 	ちゅうかスープ	ジャガマーボー			まごポイント 3
28	木	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ちくわのてりに (1人2個)	こおり豆腐の そぼろに		まごポイント 7
29	金	ロール パン		ぎゅうにゅう 	クリームスープ	さかなフライ	ラタトゥイユ		フランス 家庭料理

☆ ^{きゅうしょくもくひょう} ^み ^{まわ} ^{しょくじ} **給食目標:身の回りをきれいにして食事をしましょう。**

☆ ^{こんげつ} ^な ^{やす} **今月のはま菜ちゃん → お休みです。**

