



日	曜日	パン ごはん	ふりかけ 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	火	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	ごじる	いわしのかば やき(1人2枚)	ごまじょうゆ あえ		6月は 食育月間
3	木	はいが ごはん		ブルー はっこう乳	ポークカレー	ごますあえ			中高学年 ごはん多め
4	金	ごはん		ぎゅうにゅう 	チンジャオロースー	スーラータン			中国料理
7	月	はいが 食パン		ぎゅうにゅう 	チリコンカーン	アスパラガスのソテー		冷凍 あんず	旬の食品 アスパラ
8	火	くろ パン		ぎゅうにゅう 	マカロニの クリームに	キャベツサラダ		メロン	旬の食品 メロン
9	水	むぎ ごはん	なつとう 【たれ】	ぎゅうにゅう 	さわにわん	ちくわのいそべあげ (1人2個)			まごポイント 5
10	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	ジャガマーポー	ちゅうかスープ			まごポイント 3
11	金	ごはん		ぎゅうにゅう 	しおちゃんごじる	さばのみそに	いそかあえ		まごポイント 5
14	月	ソフトフ ランパン		ぎゅうにゅう 	コーンスープ	さかなフライ	ラタウユ		フランス 料理
15	火	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 さやいんげん
16	水	ぶどう パン	チーズ	ぎゅうにゅう 	スパゲティ ミートソース	ひじきサラダ 【ドレッシング】			まごポイント 5
17	木	はいが パン		ぎゅうにゅう 	たまごとトマトの スープ	コロッケ 【ソース】	ポイルド キャベツ		旬の食品 トマト
18	金	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	ぶたじる	ツナそぼろ	じゃがいもの いためもの		19日は 食育の日
21	月	ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ひじきごはん のぐ	きびなごフライ		まごポイント 7
22	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
23	水	チキン ライス		ぎゅうにゅう 	クリームスープ			メロン	旬の食品 メロン
24	木	むぎ ごはん	やきのり	ぎゅうにゅう 	とうがんのすましじる	ぶたにくのごままぶし			中高学年 ごはん多め
25	金	ロール パン		ぎゅうにゅう 	くきわかめスープ	かわりごもくまめ		こだま すいか	まごポイント 4
28	月	ごはん		ぎゅうにゅう 	すましじる	かつおのごま みそあえ	そくせきづけ		まごポイント 5
29	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
30	水	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	ちゅうかどんのぐ	ちゅうかあえ		グレープ ゼリー	中高学年 ごはん多め

☆給食目標:身の回りをきれいに^{まわ}して食事を^{しょくじ}しよう。

☆今^{こんげつ}月^{げつ}のはま^な菜^{さい}ちゃん→ トマト

