



6月のこんだてひょう



やまた小学校

月	火	水	木	金	
	1 ポイルドキャベツ コロッケ はいがパン みどり たまごトマトのスープ	2 ★開港記念日★ かいこうきねんび	3 ピビンバ(ひじきのナムル) ピビンバ(にく) むぎごはん はるさめスープ	4 かわりごもくまめ みどり くきわかめスープ ロールパン	
	7 ごましょうゆあえ いわしのかぼやき むぎごはん こじる	8 じゃがいものいためもの ツナとほろ はいがごはん どんじる	9 チンジャオロース ごはん スーラータン	10 チーズ ひじきサラダ ぶどうパン スパゲティミートソース	11 ぞくせきづけ かつおのごまみそあえ ごはん すましじる
	14 ぶどうまめ とにごほうごはんのぐ むぎごはん みそじる	15 いそかあえ さほのみそに ごはん しおちゃんこじる	16 メロン チキンライスのご ごはん クリームスープ	17 ごまずあえ フルーン はっこうじゅう はいがごはん ポークカレー	18 ラタトゥイユ さかなのフライ ソフトフランスパン コンスープ
	21 きゅうりのほりにくあえ ごはん にくじゃが	22 グレープゼリー ちゅうかあえ はいがごはん ちゅうかどんのぐ	23 アスパラガスのソテー れいとうあんず はいがしょくばん チリコンカン	24 きびなごフライ ひじきごはんのぐ ごはん みそじる	25 ジャガマーボー ごはん ちゅうかスープ
	28 やきのり ふたにくのごままぶし むぎごはん とうがんのすましじる	29 なっとう ちくわのいそべあけ むぎごはん さわにわん	30 キャベツサラダ メロン くろパン マカロニのクリームに	<p>よくかんで食べると いいことがあります</p> <p>たべすぎを ふせぎます。</p> <p>むしほを よほうします。</p> <p>脳(のう)のはたらきを よくします。</p>	

☆☆は くち けんこう しゅうかん歯と口の健康習慣にちなみ、しよくひん と いかみごたえのある食品を取り入れました きびなごフライ、わりほしだいこん