

6月 献立表

月	火	水	木	金
*都合により 献立を一部 変更する場合があります。 ご了承ください。 小：I福祉-たんぱく質/塩分 中：I福祉-たんぱく質/塩分 全校欠食の学校・行事など	6月の地場産物は... ごはん キャベツ 大豆 たまねぎ 小1年~2年 1匹 小3年~中学 2匹 職員 2匹	6月4日~10日は 歯と口の健康週間 健康な歯を保つと、おいしく楽しく食事をすることができます。かみごたえのあるものを食べたり、歯をみがいたりして、歯を大切にしましょう。 今月は、よくかんで食べてほしいかみかみメニューがたくさん登場します。 マークがついているメニューは、いつも以上によくかんで食べましょう。		
3 あじさいゼリー じゃこナッツサラダ ポークカレー 674/21.6/2.3 841/25.4/2.8	4 おかかあえ ししゃもの青のりフライ ごはん じゃがいものみそ汁 609/24.6/2.2 769/30.1/2.7	5 切干のこまネーズサラダ かみかみつくね ごはん トマトと卵のスープ 666/27.2/2.2 830/32.5/2.5	6 なっとうあえ 車麩の揚げ煮 ごはん 豚汁 642/24.9/2.1 809/30.5/2.5 鯖石小欠食	7 ゆかりあえ 厚揚げの肉みそがらめ ごはん いも団子汁 627/23.2/2.2 778/27.4/2.8 鯖石小欠食
10 のり酢あえ スタミナレバー ごはん みそワントンスープ 627/27.6/2.1 786/32.1/2.6 ヘルシオDAY	11 きんぴら 赤魚のみそマヨ焼き ごはん そばろ汁 604/25.3/2.7 761/30.2/3.0 東中・第二中欠食	12 コーンサラダ ミネストローネ ごはん 揚げパン 588/24.8/2.5 中學校欠食	13 こんにゃくサラダ 名古屋風鶏のからあげ ごはん いわしのつみれ汁 679/26.0/2.3 841/30.9/2.8 えんま市給食	14 いろどりあえ ひじきそばろ汁 もずくスープ 600/26.0/2.2 754/30.8/2.7
17 大豆の和風マヨサラダ あじのトマトチーズ焼き わかめごはん 豆腐のスープ 616/29.3/2.8 中學校欠食	18 切干ナムル マーボーじゃが ごはん 中華卵スープ 623/23.1/2.5 792/27.5/2.9 はくもぐランチ	19 わかめの中華あえ かみかみかきあげ 五目汁 米粉めん 653/28.5/3.0 813/34.4/3.4	20 おかかマヨあえ 鯖の照り焼き ごはん 厚揚げのみそ汁 628/25.6/2.1 790/31.0/2.6 かしわざき食育5か条献立	21 ごまじゃこサラダ ひじきとツナの卵焼き ごはん 豚じゃが南蛮煮 619/26.8/2.3 中學校欠食
24 なめたけあえ チキンチキンごぼう ごはん どさんこ汁 648/27.5/2.5 811/32.6/2.9	25 しょうゆフレンチ 白身魚のパン粉焼き ゆかりごはん 肉団子のスープ 596/27.3/2.7 745/32.5/3.4	26 ごま酢あえ いかのかりん揚げ ごはん じゃがいものそばろ煮 625/28.7/2.3 782/34.1/2.7	27 カリコリきゅうり 豚キムチ炒め ごはん 春菊スープ 603/27.0/2.6 751/31.7/3.2	28 手作りチースタート ツナごぼうサラダ ハヤシライス 778/25.1/2.7 932/28.9/3.5

☆6日、13日、18日のごはんは「米山アインセス・シスター」です。