


6月配膳表

多^{たくし}久^{がっこう}市^{きゅう}学^{がく}校^{こう}給^{きゅう}食^{じき}セ^{せん}ン^たー

月	火	水	木	金
1日 納豆	2日 野菜を食べよう	3日 たまねぎ	4日 かみ献立	5日 食育目標
てま 手巻きのソ 納豆 キハツの こんぶ 昆布和え ごはん 御飯 じゃが芋の カレー煮	牛乳 ちゅうがじん 中華丼 おきごはん 炊飯	牛乳 ポテトサラダ 鶏のから揚げ ミルク パン オニオン スープ	牛乳 き きわめと ひじきのサラダ いわしの 揚げ ごはん 御飯 かき揚げの みそ汁	牛乳 ごぼうとささみ のサラダ わかさし 若菜御飯 ごもく 五目うどん
8日 焼肉チャーハン	9日 レモンソース	10日 お誕生日給食	11日 じゃがいも	12日 手を洗おう
ごまドレッシング サラダ 焼き 焼肉チャーハン ビーフン汁	牛乳 やさい 野菜サラダ 豚肉のレモン ソース ごはん 御飯 じゃが芋の みそ汁	牛乳 アロラゼー 生揚げ入り カレー おきごはん 炊飯 野菜の玉 ねぎ	牛乳 いかあ 磯香和え ちくわ 竹輪の磯 揚げ ごはん 御飯 肉じゃが	牛乳 チャプチェ ごもく 五目包子 ごはん 御飯 中華 スープ
15日 西京焼き	16日 切干大根	17日 なす	18日 ピーマン	19日 食育の日
たい 大豆の磯 香 鶏肉の西京 焼き ごはん 御飯 わかさし 煮	牛乳 ふた 豚肉と野菜の みそ汁 切干大根 御飯 けんちん 汁	牛乳 いろり サラダ なすのミート ソース 焼き ミルク パン 野菜 スープ	牛乳 ピーマンと ごんや の メンチカツ (ソースつき) ごはん 御飯 鶏 ごぼう汁	牛乳 き きわめと さんま の 利休 焼き ごはん 御飯 まごわさし みそ汁
22日 カムカムサラダ	23日 小松菜	24日 給食のラーメン	25日 日本の味めぐり 和歌山県	26日 チキンライス
牛乳 カムカム サラダ 焼き ごはん 御飯 麻婆豆腐	牛乳 か の あじフライ ごはん 御飯 小松菜と 玉ねぎの みそ汁	牛乳 さ さみ サラダ しょうゆ ラーメン 黒糖 パン	牛乳 こ 高野豆腐 入 鶏肉の ステーキ ごはん 御飯 かき揚げ みそ汁	牛乳 マ カロニ サラダ チキン ライス じゃが芋の 洋風煮
29日 じゃがじゃが御飯	30日 ごまがらめ	<p>6月4日から10日は 歯と口の健康週間</p>  <p>おいしく食べるには、歯と口の健康 が大切です。かみこたえのある食べ物 を食べてかむ力をつけましょう。</p>		
牛乳 豚肉と野菜の ピリ辛炒め じゃがじゃが 御飯 春雨汁	牛乳 あ 浅漬け 魚と高野豆腐の ごまがらめ ごはん 御飯 みそ汁			

※ 献立メッセージのタイトルを日付の下に記載しています。