



6月のこんだて



月	火	水	木	金
かみごたえのあるものをたべよう! にんじん(生) れんこん(酢づけ)	 豚ヒレ肉のソテー アーモンド 干しぶどう	1 ごはん 厚揚げの中華風煮 いわしのカリカリフライ ひじきサラダ 1日アイアン給食	2 古代米ごはん いろいろ野菜のすまし汁 ちくわの天ぷら 酢のもの	3 ごはん 肉じゃが ごまあえ うめぼし梅干し
6 ごはん 根菜汁 野菜のみそ炒め 青のり煮干し	7 コッペパン ポークビーンズ コールスローサラダ キャンディチーズ	8 ごはん マーボー豆腐 イカ下足揚げ レモンゼリー 8日歯ッピー給食	9 ごはん わかめのみそ汁 コロッケ ごぼうサラダ	10 大豆入りツナごはん もやしのスープ かみかみあえ
13 セルフしょうゆカツ丼 (カツ・ポイル野菜) 玉ねぎのみそ汁	14 卵うどん とり天 おかかあえ	15 ごはん 中華スープ 焼きぎょうざ カラフルソテー	16 チキンライス 野菜スープ ウィンナーポテト	17 ごはん えのき汁 魚のマヨネーズ焼き 塩もみ
20 ごはん すまし汁 さばのみそ煮 いんげんのだいず大豆粉あえ	21 小型パン 長崎ちゃんぽん オムレツ 野菜サラダ	22 ごはん まいたけ汁 鶏肉のてりやき 和風サラダ	23 カレーライス ツナサラダ ヨーグルト	24 ごはん 春雨スープ シイラのケチャップ炒め バナナ
27 米粉入りパン ポテトスープ メンチカツ ドレッシングサラダ	28 ごはん かきたま汁 豚肉の塩こうじ焼き ゆかりマヨあえ	29 ごはん けんちん汁 サワラの香草焼き コーンと人参の甘酢あえ	30 ごはん コンソメスープ ミートローフ ブロッコリー ぶりかけ	きれいに はをみがこう!

※毎日、牛乳が1本(200mL)つきます。

※献立の変更をする場合があります。

6月4日~6月10日は歯と口の健康週間です!



生涯にわたっておいしく食事ができるように、歯と口の健康を自分で守りましょう。

歯と口の健康週間中 には、給食にも歯によい食べ物がいろいろ登場します!