

6月の給食 こんだて	1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)
	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 厚揚げのごまだれかけ キャベツのかおりあえ 竹の子汁 649kcal 22.8g	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 肉しゅうまい きくわかめのきんぴら 韓国風もやしスープ はっさく 604kcal 25.7g	<ul style="list-style-type: none"> 黒米入りごはん 牛乳 さけの塩焼き ごまあえ 豚汁 ごま塩 623kcal 31.9g	<ul style="list-style-type: none"> ゆかりごはん 牛乳 大豆と小魚のごまがらめ 三色おひたし 春野菜みそ汁 627kcal 23.5g
7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)
<ul style="list-style-type: none"> 三色そばろ丼 牛乳 中華スープ フルーツのヨーグルトあえ 677kcal 26.3g	<ul style="list-style-type: none"> ソフト麺ミートソース大豆 牛乳 こんにゃくサラダ ミニトマト 696kcal 30.0g	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 手作りひじきふりかけ 厚揚げと豚肉の炒め物 かぶのみそ汁 甘夏 616kcal 27.8g	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 さわらのバーベキューソース ほうれん草のあえもの なめこ汁 650kcal 28.4g	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 厚焼きたまご アーモンドあえ じゃがいものそばろ煮 699kcal 25.9g
14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 あじの梅ソース いそかあえ 親子汁 633kcal 29.1g	<ul style="list-style-type: none"> カレーライス 牛乳 ビーンズサラダ ミニトマト 686kcal 22.5g	<ul style="list-style-type: none"> 焼き肉丼 牛乳 ローストポテト ゆかりあえ わかめと豆腐のみそ汁 661kcal 28.9g	<ul style="list-style-type: none"> ひじきごはん 牛乳 にぎすの唐揚げ もやしのあえもの 肉じゃが 669kcal 29.4g	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 いわしのかば焼き やさいのいりごまあえ わかめと豆腐のみそ汁 670kcal 26.7g
21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き やさいのナムル 具だくさんみそ汁 631kcal 29.2g	<ul style="list-style-type: none"> 野菜ラーメン 牛乳 カレーポテトビーンズ かぶときゅうりの塩もみ 696kcal 29.3g	<ul style="list-style-type: none"> ハヤシライス 牛乳 ハート型オムレツ ひじきサラダ 676kcal 22.3g	<ul style="list-style-type: none"> 米粉パン 牛乳 ハンバーグのトマトソース 枝豆サラダ やさいスープ 609kcal 28.8g	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 カレイのやさいあんかけ ごまおひたし かんずりみそ汁 650kcal 29.4g
28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)	★6月平均★ エネルギー 651kcal たんぱく質 27.0g 毎年6月は「食育月間」 〈取り組み〉 ○生活リズムの形成 ○歯や口の健康づくり ○肥満や生活習慣病の予防	
<ul style="list-style-type: none"> わかめごはん 牛乳 アジフライ 3色あえ じゃが玉ねぎのみそ汁 639kcal 27.6g	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 肉だんごのあますだれ 5色あえ もずくのみそ汁 623kcal 22.3g	<ul style="list-style-type: none"> 手巻きずし 牛乳 五目汁 メロン 655kcal 26.9g		