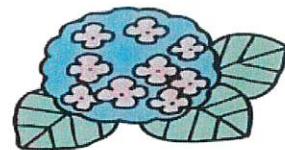


献立予定表



日曜	献立名	付け合せ	主な材料	おやつ
1 火	親子丼	切干大根煮 フルーツ	鶏肉 玉葱 人参 卵 葱 蒲鉾 椎茸 切干大根 さつま揚げ	ザクザクッキー
2 水	コーンシチュー	和風和え フルーツ	鶏肉 玉葱 人参 ジャガ芋 シメジ グリーンピース コーン シチュー味 ツナ レタス 胡瓜 若布	きつねおにぎり
3 木	厚揚げの甘酢炒め	青菜の納豆和え フルーツ	豚肉 玉葱 人参 モヤシ 厚揚げ 椎茸 筍 小松菜 納豆 人参 チリメン	ミルクココアプリン
4 金	魚の竜田揚げ	ひじきサラダ フルーツ	魚 ヒジキ ハム 胡瓜 レタス コーン	ほうれん草ケーキ
5 土	ミートスペゲティ	三色ナムル フルーツ チーズ	合シチ 玉葱 ピーマン エリンギ スパゲッティ チーズ 小松菜 人参 モヤシ 焼豚	ウエハース
7 月	チキンカレー	レバー煮 フルーツ	鶏肉 ジャガ芋 玉葱 人参 ピーマン シメジ ルウ 鶏肝 糸コン ニラ	スティックラスク
8 火	チンジャオロース	春雨サラダ フルーツ	牛肉 ピーマン ハブリカ 人参 蓮根 筍 玉葱 春雨 胡瓜 ハム	ちくわの磯辺揚げ
9 水	ささみのピカタ	フロックコリーと海老のサラダ フルーツ	ササミ 卵 ブロックコリー 人参 海老 コーン	おたのしみ
10 木	大豆の五目煮	胡瓜と若布の酢の物 フルーツ	鶏肉 大豆 牛蒡 蓮根 人参 椎茸 茄苿 薩摩芋 厚揚げ 隆元 蒲鉾 竹輪	ツナマヨマフィン
11 金	鮭の西京焼き	小松菜のごま和え フルーツ	鮭 味噌 小松菜 モヤシ チリメン 人参	お餅のかりんとう
12 土	五目ビーフン	フレンチサラダ フルーツ チーズ	豚肉 イカ エビ 人参 玉葱 キャベツ ビーフン レタス ハム 胡瓜 コーン	せんべい
14 月	すき焼き風煮	こんにゃくきんぴら フルーツ	牛肉 玉葱 人参 大根 エノキ 白菜 長葱 豆腐 糸コン 茄苿 竹輪 人参 インゲン	チーズまんじゅう
15 火	魚の照り焼き	おからサラダ 若布スープ フルーツ	魚 おから ブロックコリー ハム 人参 若布 玉葱	ぶどうゼリー
16 水	骨太卵焼き	ドレッシングサラダ フルーツ	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 椎茸 ヒジキ チーズ ハム レタス 胡瓜 モヤシ	鮭とじゃこのおにぎり
17 木	麻婆豆腐	キャベツのおかか和え フルーツ	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 ピーマン 葱 竹輪 椎茸 キャベツ 人参 胡瓜 腰節	ピスケット
18 金	とり天	中華和え フルーツ	鶏肉 焼豚 人参 レタス 胡瓜	チョコスコーン
19 土	きつねうどん	ツナピーマン フルーツ チーズ	うどん麺 油揚げ 人参 玉葱 蒲鉾 葱 ツナ ピーマン	ウエハース
21 月	豆腐ハンバーグ	マカロニサラダ フルーツ	合シチ 豆腐 玉葱 人参 マカロニ ジャガ芋 胡瓜 ハム	ジャムサンド
22 火	八宝菜	昆布煮 フルーツ	豚肉 イカ エビ 玉葱 人参 青梗菜 白菜 椎茸 蒲鉾 昆布 さつま揚げ インゲン	ヨーグルトカップケーキ
23 水	ポトフ	かみかみサラダ フルーツ	ウインナー ベーコン ジャガ芋 人参 シメジ 玉葱 さきいか 胡瓜 牛蒡 コーン	ひじきおにぎり
24 木	高野豆腐の中華炒め	五目納豆 フルーツ	高野豆腐 豚肉 海老 玉葱 椎茸 卵 青梗菜 納豆 人参 チリメン	きなこクッキー
25 金	魚の蒲焼き	シーザーサラダ 味噌汁 フルーツ	魚 ベーコン レタス 胡瓜 コーン 豆腐 玉葱 小松菜 味噌	マッシュマロフレート
26 土	焼きそば	白菜のごま酢和え フルーツ チーズ	豚肉 キャベツ ピーマン モヤシ 蒲鉾 人参 玉葱 麺 白菜 若布 竹輪 胡麻	せんべい
28 月	タンドリーチキン	もやしのナムル フルーツ	鶏肉 カレー粉 小松菜 モヤシ 胡瓜 ハム 人参	ココア蒸しパン
29 火	胡麻風味の肉じゃが	ひじき煮 フルーツ	牛肉 ジャガ芋 人参 玉葱 糸コン 椎茸 インゲン 胡麻 ヒジキ さつま揚げ 隆元	そうめん
30 水	マカロニグラタン	カリカリサラダ フルーツ	鶏肉 ベーコン マカロニ 人参 玉葱 小松菜 南瓜 チーズ レタス 胡瓜 コーン	切干大根おにぎり

♪6月給食だより♪



梅雨が始まります！雨の多い季節になりました。気温や湿度が高くなり、食欲もダウンしがちです。
晴れ間には外で体をしっかり動かし、おなかを空かせてモリモリ食べて、元気な体をつくりましょう。

食の豆知識・・・ミニトマトとチトマトは違うの？？

ミニトマトとチトマトは同じものだと思われがちですが、実は明確な違いがあります。ミニトマトは、重さ10g～20g程度の小さなトマトの総称。チトマトは、種メーカーが開発した品種の一つで、商品名なのです。

*献立は、都合により変更することがあります。