

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
6/2 ごはん(麦入り) きのこと厚揚げのみそ汁 とんかつ こまつなのサラダ 牛乳 848kcal 38.1g	6/3 ごはん(麦入り) じゃがいもとたまねぎのみそ汁 あじの香り焼き いんげんと豚肉のみそ炒め 牛乳 ★あじの日 814kcal 41.7g	6/4 みそラーメン ぎょうざ 牛乳 876kcal 35.8g	6/5 中華丼 しめじのスープ ほうれんそうのナムル 牛乳 818kcal 34.0g	6/6 ごはん(麦入り) 根菜のごまみそ汁 とりうめチーズ焼き だいこんのツナあんかけ 牛乳 ★梅の日 832kcal 38.4g
6/9 ごはん(麦入り) かぶと油揚げのみそ汁 たまご焼き 白身魚のフライ 牛乳 ★たまごの日 816kcal 38.3g	6/10 あんかけ焼きそば わかめとねぎのスープ 牛乳 904kcal 36.8g	6/11 ごはん(麦入り) 鶏ごぼう汁 さばのねぎ味噌焼き こまつなとちくわのソテー 牛乳 817kcal 40.6g	6/12 ポークカレーライス アスパラとコーンのサラダ 牛乳 886kcal 31.5g	6/13 ごはん(麦入り) みずなのスープ ヤンニョムチキン 青梗菜とさつまあげ炒めもの 牛乳 821kcal 38.6g
6/16 ごはん(麦入り) キャベツのみそ汁 豚の生姜焼き たたききゅうり 牛乳 825kcal 35.1g	6/17 親子うどん 大学芋 牛乳 838kcal 32.3g	6/18 わかめごはん だいこんのみそ汁 お麩入りつくね はくさいのピリ辛和え 牛乳 ★おにぎりの日 832kcal 40.1g	6/19 ごはん(麦入り) みつばのすまし汁 鮭のチャンチャン焼き エリンギと根菜のきんぴら 牛乳 ★食育こんだて 813kcal 41.3g	6/20 ごはん(麦入り) チンゲンサイとハムのスープ 酢豚 切干大根の中華和え 牛乳 817kcal 31.5g
6/23 ごはん(麦入り) 高野豆腐のみそ汁 鶏のミルクから揚げ ブロッコリーのフレンチサラダ 牛乳 834kcal 41.3g	6/24 豆乳担々麺 イカと野菜の炒めもの 牛乳 860kcal 40.7g	6/25 ごはん(麦入り) こまつなと厚揚げのスープ 鶏肉のトマトソースがけ スナッペンとうとささみのサラダ 牛乳 819kcal 41.1g	6/26 チキンピラフ コーンクリームスープ ほうれんそうとウインナーのソテー 牛乳 858kcal 31.8g	6/27 ごはん(麦入り) 豚汁 春巻き たら野菜あんかけ 牛乳 973kcal 35.9g
6/30 ごはん(麦入り) ニラとまいたけのスープ 麻婆豆腐 春雨とわかめのサラダ 牛乳 843kcal 35.5g				食育基本法などにより 毎年6月を「食育月間」 毎月19日を「食育の日」 としています。