



6月こんだてひょう



	月	火	水	木	金	
1	こんだて	フルーツミックス	パイナップル	とうふハンバーグ	ごますあえ	ツナサラダ
	まるむぎごはん	ビーフカレー	コッパン	ポークビーンズ	ごはん	じゃがいものうまに
	き	こめ むぎ じゃがいも あぶら	パン じゃがいも さとう あぶら	こめ むぎ あぶら さとう	こめ じゃがいも こんにやく さとう あぶら	パン スパゲティ あぶら
	あかみどり	ぎゅうにく ぎゅうにゅう チーズ	だいたく ぶたにく	でんぶん じゃがいも とうふハンバーグ たまご かまぼこ(かつおぶし・こんぶ)	ぶたにく ちぎりあげ こうやどうふ	ぶたにく ぎゅうにく だいたく ツナ
2	こんだて	たまねぎ にんじん りんご	たまねぎ にんじん トマト	たまねぎ にんじん	たまねぎ にんじん いんげん	たまねぎ トマト にんじん
	き	たまご (かつおぶし・こんぶ)	しょうが キャベツ たまねぎ	ピーマン もやし	こまつな	にんじん いら えのき
	あかみどり	しょうが	キャベツ たまねぎ	にんじん	しめじ	パセリ
	みどり	にんにく				
8	こんだて	ピピンパ(ナムル)	ピピンパ(にくいため)	サラダたまねぎのあえもの	さかなのかばやし	うめかつおあえ
	き	こめ むぎ ごま さとう	パン あぶら じゃがいも さとう	こめ むぎ あぶら さとう	こめ じゃがいも でんぶん あぶら	さとう ごまあぶら
	あかみどり	ぶたにく ぎゅうにく とうふ	ぶたにく だいたく ベーコン	ホキのてんぷら チキンみずくに とうふ	ぶたにく みそ いとかつお	ぶたにく だいたく しらす
	みどり	かまぼこ(かつおぶし)	ゼリーのもと	しょうが ぎやべつ たまねぎ	たまねぎ たけのこ ねぎ	たまねぎ トマト にんじん
9	こんだて	きりめいり	やさいスープ	むぎごはん	とうふとわかめのみそしる	ごはん
	き	こめ むぎ さとう	パン あぶら じゃがいも さとう	こめ むぎ あぶら さとう	こめ じゃがいも でんぶん あぶら	さとう ごまあぶら
	あかみどり	ぶたにく だいたく	ベーコン	ホキのてんぷら	チキンみずくに	とうふ あぶら ぎやべつ
	みどり	わかめ	みそ(いりこ)	しょうが	ぎやべつ たまねぎ	きゅうりにんじん
10	こんだて	りんごジャム	ぎょうざ	ひじきふりかけ	ホイコーロー	にんじんのツナあえ
	き	こめ むぎ さとう	パン でんぶん あぶら	こめ むぎ さとう	あぶら	こめ さとう
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
11	こんだて	りんごジャム	ぎょうざ	ひじきふりかけ	ホイコーロー	にんじんのツナあえ
	き	こめ むぎ さとう	パン でんぶん あぶら	こめ むぎ さとう	あぶら	こめ さとう
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
13(土)	こんだて	じゃこまめ	サラダ	ごはん	ハヤシライス	
	き	こめ じゃがいも あぶら	さとう	こめ じゃがいも あぶら	さとう	
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
15	こんだて	かりかり	きゅうり	しゃけそぼろ	どんぐり	ムース
	き	こめ むぎ さとう	あぶら	こめ むぎ さとう	あぶら	
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
16	こんだて	りんごジャム	ぎょうざ	ひじきふりかけ	ホイコーロー	にんじんのツナあえ
	き	こめ むぎ さとう	パン でんぶん あぶら	こめ むぎ さとう	あぶら	こめ さとう
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
17	こんだて	りんごジャム	ぎょうざ	ひじきふりかけ	ホイコーロー	にんじんのツナあえ
	き	こめ むぎ さとう	パン でんぶん あぶら	こめ むぎ さとう	あぶら	こめ さとう
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
18	こんだて	りんごジャム	ぎょうざ	ひじきふりかけ	ホイコーロー	にんじんのツナあえ
	き	こめ むぎ さとう	パン でんぶん あぶら	こめ むぎ さとう	あぶら	こめ さとう
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
19	こんだて	りんごジャム	ぎょうざ	ひじきふりかけ	ホイコーロー	にんじんのツナあえ
	き	こめ むぎ さとう	パン でんぶん あぶら	こめ むぎ さとう	あぶら	こめ さとう
	あかみどり	ぶたにく	だいたく	みそ	いとかつお	たまねぎ
	みどり	たまご	みそ	わかめ	かまぼこ	キャベツ
22	こんだて	あじつけのり	もやしの	ごますあえ		
	き	こめ むぎ じゃがいも	こんにやく	ごまあぶら		
	あかみどり	ぶたにく	ちぎりあげ	こうやどうふ	あじつけのり	たまねぎ
	みどり	にんじん	しいたけ	もやし	きゅうり	しょうが
23	こんだて	あじつけのり	もやしの	ごますあえ		
	き	こめ むぎ じゃがいも	こんにやく	ごまあぶら		
	あかみどり	ぶたにく	ちぎりあげ	こうやどうふ	あじつけのり	たまねぎ
	みどり	にんじん	しいたけ	もやし	きゅうり	しょうが
24	こんだて	あじつけのり	もやしの	ごますあえ		
	き	こめ むぎ じゃがいも	こんにやく	ごまあぶら		
	あかみどり	ぶたにく	ちぎりあげ	こうやどうふ	あじつけのり	たまねぎ
	みどり	にんじん	しいたけ	もやし	きゅうり	しょうが
25	こんだて	あじつけのり	もやしの	ごますあえ		
	き	こめ むぎ じゃがいも	こんにやく	ごまあぶら		
	あかみどり	ぶたにく	ちぎりあげ	こうやどうふ	あじつけのり	たまねぎ
	みどり	にんじん	しいたけ	もやし	きゅうり	しょうが
26	こんだて	あじつけのり	もやしの	ごますあえ		
	き	こめ むぎ じゃがいも	こんにやく	ごまあぶら		
	あかみどり	ぶたにく	ちぎりあげ	こうやどうふ	あじつけのり	たまねぎ
	みどり	にんじん	しいたけ	もやし	きゅうり	しょうが
29	こんだて	ちゅうかあえ	ぶたにくの	しょうがやき		
	き	こめ むぎ あぶら	ごまあぶら	さとう	でんぶん	
	あかみどり	ぶたにく	わかめ	とうふ	たまご(かつおぶし・こんぶ)	しょうが
	みどり	キャベツ	たまねぎ	にんじん	ピーマン	もやし
30	こんだて	いりこ	アーモンド	ジャーマン	ポテト	
	き	パン あぶら	じゃがいも	さとう	オリーブオイル	アーモンド
	あかみどり	ぶたにく	いんげん	チーズ	ぎゅうにゅう	ベーコン
	みどり	いりこ	キャベツ	たまねぎ	にんじん	しめじ

☆こんげつのもくひょう☆
えいせいにかきをつけよう

気温や湿度が高くなる梅雨の時期は、食中毒の原因となるカビや細菌などの微生物が活発になります。そのため、特に、衛生面に気を付ける必要があります。食事や調理の前にはせっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふく習慣をつけるようにしましょう！

いよいよ給食がはじまります。今年度も、成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安全・安心で栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひ致します。

献立・材料・実施の有無は都合により変更することがあります。ご了承ください。