

石けんを^{せつ}使って、^ていいな^てに^て手を^{あら}洗おう

6月 学校給食予定献立表



石けんを^{せつ}使って、^ていいな^てに^て手を^{あら}洗おう！

吉舎学校給食共同調理場

日	こんだてめい	あか	みどい	き	ひとこと	日	こんだてめい	あか	みどい	き	ひとこと				
1月	ごはん 牛乳 ポークシチュー ごぼうサラダ 三色ゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム	たまねぎ にんじん さやいんげん ごぼう キャベツ きゅうり	こめ じゃがいも あぶら こめこ さとう ごま ゼリー	こんなどきは 手を洗おう！	16日	ごはん 牛乳 おやこに 親子煮 のり酢あえ メロン	ぎゅうにゅう とりにく たまご こやどつふ いとかまほこ やきのり	たまねぎ にんじん しいたけ キャベツ こまつな メロン	こめ あぶら さとう	みよしふるさと ランチの日				
2日	ごはん 牛乳 さけのバター焼き コーンサラダ ビーンズスープ	ぎゅうにゅう さけ ベーコン ミックスビーンズ	キャベツ アスパラガス コーン たまねぎ にんじん エリンギ ズッキーニ	こめ パンこ バター あぶら さとう じゃがいも	家に帰ったあと	17日	ごはん 牛乳 じゃがいもの含め煮 昆布あえ スパイシー大豆	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ しおこんぶ だいず	たまねぎ にんじん こんにやく さやいんげん キャベツ きゅうり だいこん	こめ じゃがいも あぶら さとう でんぶん	19日はみよし ふるさとランチの 日です。今年度は 6月・9月・1月 に実施予定です。 今回は「たまね ぎ」がテーマ食材 です。一年中、ほ んど毎日の給食 に使われているた まねぎですが、今 の季節が収穫期で おいしいときで す。地元産のたま ねぎをたっぷり (約40kg)使っ て、おいしいハヤ シライスにしたい と思います。お楽 しみに!!				
3日	ごはん 牛乳 とりにく しょう 鶏肉の塩からあげ ナムル もずくスープ	ぎゅうにゅう とりにく もずく とうふ	にんにく もやし ほうれんそう にんじん たまねぎ	こめ ごまあぶら さとう こめこ あぶら ごま	トイレのあと	18日	ごはん 牛乳 いわしのごま焼き 切り干し大根煮 キャベツのみそ汁	ぎゅうにゅう いわし ちりめん とうふ あぶらあげ みそ	きりぼしだいこん にんじん しいたけ さやいんげん たまねぎ キャベツ	こめ ごま あぶら さとう	22日	ごはん 牛乳 さっぱりポテトサラダ 野菜スープ	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト ツナ ベーコン	にんにく ブロッコリー にんじん コーン たまねぎ キャベツ しめじ ズッキーニ	こめ じゃがいも あぶら
4日	ごはん 牛乳 カレー豆腐 こめこ 米粉めんサラダ いりこの甘辛	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく うすらたまご チキンハム かえりいりこ	たまねぎ にんじん たけのこ しめじ チンゲンサイ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	こめ ごまあぶら さとう でんぶん こめこめん ごま	動物に触ったとき	23日	ごはん 牛乳 からふとししゃも とりにく あぶらあげ みそ 調味用ぎゅうにゅう たくあんあえ 飛鳥汁	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム ヨーグルト	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ アスパラガス コーン	こめ あぶら さとう こめこ	24日	ごはん 牛乳 はるさめサラダ さくらんぼ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ チキンハム	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり さくらんぼ	こめ さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ
5日	ごはん 牛乳 ほきのごまだれかけ おかかあえ 相性汁	ぎゅうにゅう ほき ちくわ かつおぶし ベーコン あぶらあげ みそ 調理用ぎゅうにゅう	キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん ねぎ	こめ さとう ごま さつまいも	鼻をかんだあと	25日	ごはん 牛乳 さわらのみそマヨ焼き 煮豆 たまごスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ チキンハム	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり さくらんぼ	こめ さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ	26日	ごはん 牛乳 ほたるごはん じゃがいものそぼろ煮 和風サラダ ミニトマト	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく あつあげ わかめ ツナ かつおぶし	たまねぎ にんじん こんにやく しいたけ さやいんげん キャベツ ブロッコリー ミニトマト	こめ さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ
8日	さけなめし 牛乳 あつあ 厚揚げのみそ煮 ごま酢あえ 黒糖ビーンズ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ さつまいも こくとうビーンズ	たまねぎ にんじん こんにやく たけのこ さやいんげん キャベツ もやし ブロッコリー	こめ ごまあぶら さとう でんぶん ごま	料理をする前	29日	アスパラごはん 牛乳 コールスローサラダ 肉団子スープ	ぎゅうにゅう さわら みそ たまご	たまねぎ にんじん えのきたけ にんじん キャベツ チンゲンサイ	こめ ノンエッグマヨ きんときまめ さとう でんぶん	30日	ごはん 牛乳 とりにく だいず かつおぶし 鶏肉と大豆のさっぱり煮 おかかあえ みそ汁	ぎゅうにゅう とりにく だいず かつおぶし わかめ あぶらあげ みそ	しょうが キャベツ ほうれんそう にんじん だいこん えのきたけ	こめ さとう
9日	ごはん 牛乳 さばのぴりから焼き ゆかりあえ ワンタンスープ	ぎゅうにゅう さば	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん チンゲンサイ	こめ ワンタンのかわ じゃがいも	いただきます 食事の前	11日	ごはん 牛乳 ポークビーンズ わかめとツナのサラダ オレンジ	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく わかめ ツナ	たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ だいこん きゅうり オレンジ	こめ じゃがいも あぶら さとう	今日使う予定の 地場産物 (三次市内産)				
10日	ごはん 牛乳 こいわしの梅の香あげ ごまあえ けんちんみそ汁	ぎゅうにゅう こいわし とうふ みそ	キャベツ ほうれんそう にんじん だいこん ごぼう ねぎ	こめ あぶら ごま さとう さといも	12日	ごはん 牛乳 とりにく しょうみ 鶏肉の香味焼き ひじきサラダ かきたま汁	ぎゅうにゅう とりにく しょうみ とうふ たまご	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	こめ ごま さとう あぶら でんぶん	15日	ごはん 牛乳 あじフライ かおりあえ なめこ汁	ぎゅうにゅう あじフライ とうふ わかめ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん なめこ ねぎ	こめ あぶら	



今日使う予定の
地場産物
(三次市内産)

- 〇こめ
- 〇ほうれんそう
- 〇アスパラガス
- 〇キャベツ
- 〇ズッキーニ
- 〇たまねぎ
- 〇こめこ など