



6月こんだてひょう



《牛乳は毎日つきます》

平成30年5月29日 舞鶴市立与保呂小学校

げつようび 月曜日 (パンの日)	かようび 火曜日 (ごはんの日)	すいようび 水曜日 (加工パンの日)	もくようび 木曜日 (味付けごはんの日)	きんようび 金曜日 (おにごはんの日)	
<p>“6月は食育月間” 家族で食卓を囲んだり、こどもといっしょに食事の準備、かたづけをしたり、「食」についていっしょに考えてみましょう。また、「早寝・早起き・朝ご飯」を家族で心がけましょう。</p> 				<p>1日(金) </p> <p>おにごはん ピピンパ トックスーフ</p> <p>【カミカミ献立】</p>	
<p>4日(月) </p> <p>ココアあげパン コーンサラダ レタスとトマトのスーフ</p>  <p>＜レタスとトマトのスーフ＞ ベーコン、玉葱、トマト、レタス、卵の入ったコンソメ味のスーフです。</p>	<p>5日(火) </p> <p>ごはん さばのカレーだつたあげ ごまずあえ わかめとながねぎのみぞしる</p> <p>(給食試食会) (4年生社会見学)</p> 	<p>6日(水) </p> <p>こくとうパン じゃがいもの ピザソースやき コーンスーフ</p> <p>＜じゃがいものピザソース焼き＞ ふかしだじゃがいもに玉葱、ベーコン、エリンギ、トマトピューレ、ケチャップで作ったピザソースをかけて、チーズハセリをトッピングして焼きます。</p>	<p>7日(木) </p> <p>こまつなとさけのチャーハン ジャーマンポテト はるさめスーフ</p> <p>【カミカミ献立】</p>	<p>8日(金) </p> <p>ハヤシライス アスパラソテー</p> <p>＜アスパラソテー＞ ベーコン、アスパラガス、キャベツ、コーンをバターで炒めてコンソメ、塩、こしょうで味付けしています。</p>	
<p>11日(月) </p> <p>パン とりにくのオレンジソース やさいスーフ</p>	<p>12日(火) </p> <p>ごはん ちくわのいそべあげ きんぴらごぼう たまねぎのみぞしる</p>	<p>13日(水) </p> <p>こくさんおむぎパン ビーフシチュー フレンチサラダ</p> <p>＜国産小麦パン＞ 国産小麦(京都府産小麦20%、北海道産小麦80%)から作られています。</p>	<p>14日(木) </p> <p>ぶたにくとごぼうの ませごはん こんぶまめ とうふのみぞしる</p> <p>(3年社会見学)</p>	<p>15日(金) </p> <p>おむぎごはん ニラ入りマーボーとうふ きりほしだいこんの ナムル</p> <p>【カミカミ献立】</p>	
<p>17日(日) </p> <p>＜与保呂フェスティバル＞ こがたパン かやくうどん ごまあえ</p>	<p>19日(火) </p> <p>チキンカレー フルーツサラダ ふくじんづけ</p> 	<p>20日(水) </p> <p>あじつかけパン なすとまんがんじの ミートグラタン コーンたまごスーフ</p> <p>万葉寺甘とうの イメージキャラクター 「あまとくん」</p> 	<p>21日(木) </p> <p>ひじきごはん いわしフライ すましじる</p> <p>【地場産物の日】</p> 	<p>22日(金) </p> <p>おむぎごはん とりにくのつくね ほうれんそうとあぶらあげの みぞしる</p> <p>＜鶏肉のつくね＞ 鶏ひき肉、豆腐、玉葱、ごぼうを混ぜ合わせて、小判型に成形しオーブンで焼き、甘辛いたれをかけます。</p>	
<p>18日(月) ふりかえ休日</p>	<p>25日(月) </p> <p>パン シイラのケチャップやき やさいのソテー ウインナーとやさいのスーフ</p> <p>＜ウインナーと野菜のスーフ＞ ウインナー、コーン、ピルシん、玉葱、ほうれんそうの入ったスーフです。</p>	<p>26日(火) </p> <p>ごはん ぶたにくのしょうがやき ゆかりあえ かぼちゃのみぞしる</p> <p>【カミカミ献立】</p>	<p>27日(水) </p> <p>ミルクパン カレービーンス ポパイサラダ</p>  <p>【カミカミ献立】</p>	<p>28日(木) </p> <p>キムチチャーハン だいこんとほしのあげに スーミータン</p> <p>【カミカミ献立】</p>	<p>29日(金) </p> <p>おむぎごはん にくじゃが あまずあえ ふりかけ</p> <p>＜甘酢和え＞ にんじん、胡瓜、キャベツを酢、砂糖、しょうゆで和えます。</p>

《6月の給食目標》「好き嫌いしないで食べよう」

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。

今日は、かみごたえのある献立「カミカミ献立」を多く入れています。



好き嫌いしないで、なんでもよく噛んで食べましょう。よくかむことで唾液がたくさんでて、虫歯を予防したり食べ物の消化を助けます。

地場産物の日

- ・5日 さば
- ・21日 いわし



なかよし産直さん

- ・たまねぎ
- ・きゅうり
- ・たまご
- ・まんがんじあまとう