

6月のこんだてよていひょう

月	火			水			木			金									
<p>16日は、湯東産の おいしいそばを食べ ます。小学校1年生がさ やむきに挑戦します！</p> 	1	<p>もやしサラダ いかのしょうがに</p> 		2	<p>☆ 中学校なし ☆ みしょうかん キャベツとコーンのサラダ</p> 		3	<p>ごまあえ いわしのカリカリフライ (小2本 中3本)</p> 		4	<p>小)れいとウパイン ごまびたし (たれかつ)</p> 								
	ごはん	とんじる	とりにくの クリームソース (パプリカライス)	まめごはん	やさいじる	たれかつどん	うちまめ みそじる												
	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり							
	なまあげ ぶたにく みそ いか ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら ごま	こんにやく にんじん ごぼう だいこん ねぎ コーン しょうが もやし きゅうり あかピーマン	あさり とりにく いんげんまめ チーズ ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら ホワイトルウ	にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ きゅうり コーン みしょうかん	なまあげ みそ まいわし ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら さとう ごま みずあめ でんぶん げんまいこ こめごはんこ	グリーンピース だいこん にんじん ごぼう こまつな キャベツ しょうが	うちまめ とうふ みそ ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ パンこ でんぶん じゃがいも あぶら さとう ごま	えのきたけ ねぎ こまつな キャベツ にんじん 小)パイナップル							
7	<p>✿ 小学校なし ✿ 豚と大豆の揚げ煮</p> 			8	<p>アーモンドあえ ますのしおやき</p> 			9	<p>しおもみ 小)えびのからあげ 中)コロッケ</p> 			10	<p>そくせきづけ</p> 			11	<p>しゃきしゃきサラダ とりにくのカレーあげ</p> 		
ゆかりごはん	あさりの スープ	ごはん	こんさいじる	ようふう さんしょくごはん	トマトと たまごのスープ	ちりめんじゃこの つくだに	にくじゃが	ごはん	かきたま みそじる										
あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり								
あさり わかめ 豆腐 豚肉 大豆 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 でんぶん	しそ ねぎ 小松菜 もやし えのきたけ にんじん さやいんげん しいたけ こんにやく	あぶらあげ みそ ます ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも アーモンド さとう	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ こまつな キャベツ	とうふ たまご ウィンナー 小)なんばんえび ぎゅうにゅう	こめ あぶら でんぶん じゃがいも 中)砂糖 中)パン粉 中)米粉 中)小麦粉	ぶたにく ちりめんじゃこ わかめ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら さとう アーモンド ごま	しらたき たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ きゅうり	とうふ たまご わかめ とりにく ぎゅうにゅう	こめ でんぶん あぶら じゃがいも アーモンド	こまつな たまねぎ にんじん きゅうり						
14	<p>ビーフン はるまき</p> 			15	<p>アスパラソテー ハンバーグ</p> 			16	<p>あまなつサラダ ゆでそば</p> 			17	<p>ふうみづけ メンチカツ</p> 			18	<p>中)冷凍パイ きゅうりのあまから たらとだいのチリソース</p> 		
わかめごはん	ほたての スープ	こめこパン	やさい スープ	キーマカレーライス (むぎカレーごはん)	ごはん	わんたん スープ	ごはん	もずくと たまごの スープ											
あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり								
わかめ ほたて とうふ ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ あぶら ビーフン でんぶん こむぎこ こめこ しょうが しいたけ	チンゲンサイ にんじん しめじ たまねぎ たけのこ きくらげ キャベツ もやし ピーマン	いんげんまめ とりにく ぶたにく ぎゅうにゅう	こめこパン じゃがいも あぶら パンこ さとう	たまねぎ にんじん セロリ パセリ アスパラガス コーン キャベツ	ぶたにく だいす ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら じゃがいも アーモンド カレールウ あまなつみかん きゅうり	ぶたにく なると ぎゅうにゅう	こめ わんたん あぶら ごま でんぶん パンこ こむぎこ たまねぎ	もやし ねぎ こまつな にんじん しいたけ メンマ キャベツ きゅうり しょうが	たまご とうふ もずく たら だいす ぎゅうにゅう	こめ でんぶん あぶら さとう	ねぎ えのきたけ ピーマン たまねぎ にんにく しょうが きゅうり 中)パイナップル						
21	<p>☆ 中学校なし ☆ アップルシャーベット ごもくまめ</p> 			22	<p>☆ 中学校なし ☆ きりぼしだいこんの ナムル さばのごまあげ</p> 			23	<p>アーモンド ちゅうかサラダ</p> 			24	<p>ごまびたし あじのなんばんづけ</p> 			25	<p>ささだんご おかかあえ たらのフライ</p> 		
ごはん	もやしの みそじる	ごはん	さわにわん	マーボーどん (むぎごはん)	ごはん	さんさいの みそじる	ごはん	すましじる											
あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ	みどり								
なまあげ みそ チーズ とりにく だいす さつまあげ こんぶ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら さとう パンこ こめこ こむぎこ でんぶん	もやし こまつな にんじん ごぼう しいたけ こんにやく りんご	ぶたにく さば ぎゅうにゅう	こめ はるさめ あぶら さとう でんぶん ごま	にんじん えのきたけ ごぼう さやえんどう たけのこ きりぼしだいこん きゅうり	とうふ ぶたにく みそ だいす ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん はるさめ ごま アーモンド	あぶらあげ みそ あじ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら さとう ごま でんぶん	わらび えのきたけ さやえんどう しょうが ねぎ こまつな にんじん もやし	ひじき あぶらあげ わかめ とうふ なると まだら ぎゅうにゅう あすき こむぎこ	こめ さとう あぶら こむぎこ ライむぎこ パンこ うるちこ もちこ でんぶん	にんじん しいたけ れんこん たけのこ ねぎ こまつな もやし かんぴょう よもぎ						
28	<p>おべんとうの日</p> 			29	<p>チャプチェ えびシューマイ</p> 			30	<p>イタリアンサラダ こふきいも</p> 			<p>にんじんのたべもの (よてい)</p> 							
たまご とうふ えび たら とりにく ぎゅうにゅう	こめ あぶら でんぶん はるさめ さとう パンこ でんぶん こむぎこ	コーン にんじん たまねぎ チンゲンサイ にんにく しょうが たけのこ きゅうり きくらげ	ベーコン ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう	ソフトめん ホワイトルウ ブラウンルウ じゃがいも さとう あぶら	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリーンピース パセリ ブロッコリー カリフラワー ズッキーニ あかピーマン	おこめ みそ しいたけ きゅうり ズッキーニ えのきたけ たまねぎ													

※食材の流通状況により献立が変更になることがあります。あらかじめご了承ください。