



☆朝ごはんをしっかり食べましたか？
～朝食を食べて 頭も体も しゃきっと～



6月のこんだてひょう



令和4年6月 伊根小学校

月	火	水	木	金
<p>よくかめかめ、いいことあるよ！</p> <p>*6月4日～10日は歯と口の健康週間です。 給食でも6日～13日に「かみかみメニュー」 「カルシウムたっぷりメニュー」を実施します。 こめかみが動くほど、しっかりかみましょう！ *かみかみメニュー、カルシウムたっぷりメニューには、 が付いています。</p>	<p>1 ♪いーねランチ♪</p> <p>へしこちらし 厚あげのみそ焼き ごま和え すまし汁 なべずり</p>	<p>2</p> <p>ごはん コロケ ひじきの炒り煮 かぶのごまドレッシングサラダ 夏大根のみそ汁・くだもの</p>	<p>3</p> <p>洋風ごはん とり肉のソテー カレーソース ころころピクルス じゃがいものミルクスープ煮</p>	
<p>6 歯と口の健康週間献立</p> <p>ごはん 油あげのふくろ焼き ごぼうと糸昆布のきんぴら トマトとりんごの和え物 みそ汁・かみかみビスコッティ</p>	<p>7 歯と口の健康週間献立</p> <p>手作りパン・いちごジャム 大豆のナゲット「NEW」 ごぼうのヨーグルトサラダ シチュー</p>	<p>8 歯と口の健康週間献立</p> <p>ごはん 地鶏のいため焼き 豆とわかめのかきあげ 沢煮椀</p>	<p>9</p> <p>焼き肉ごはん にんじんのナムル 中華スープ ピーチゼリー</p>	<p>10 歯と口の健康週間・入梅献立</p> <p>うめちりごはん 切り干しバーグ じゃがいものふくめ煮 キャベツときゅうりの即席づけ わかめ汁</p>
<p>13 歯と口の健康週間献立</p> <p>炒り大豆ごはん 小魚のからあげ 切り干し大根とかんぴょうのサラダ 美えんどうの卵とじ くだもの</p>	<p>14 ★おはしの持ち方練習日★</p> <p>ごはん 尾頭つきのあじの塩焼き 豆のうま煮 甘酢和え じゃがいもとふのみそ汁</p>	<p>15</p> <p>ごはん ピーマンの肉づめ ベーコンと野菜のソテー かぶの甘酢和え 豆腐とみずな 豆腐とみずなのみそ汁</p>	<p>16</p> <p>初夏スパゲティー 厚あげのピザ風焼き サーターアングギー</p>	<p>17</p> <p>ごはん 筑前煮 2種のかきあげ きゅうりもみ みそ汁</p>
<p>20</p> <p>ごはん ハーブチキンとグリル野菜「NEW」 ごぼうと水菜のマヨサラダ 麦入りスープ</p>	<p>21</p> <p>ごはん ジントの絡みだれ 野菜そえ きんときまめ あまに 金時豆の甘煮 小松菜のごま和え みそ汁</p>	<p>22</p> <p>ごはん とり肉のトマトソースがけ バターしょうゆいため オニオングラタン風スープ</p>	<p>23</p> <p>新玉ねぎたっぷりドライカレー ミニサラダ ミルクスープ メロン</p>	<p>24</p> <p>ごはん とりごぼうの甘酢あげ ごもくにまめ 五目煮豆 たたききゅうりのしょうが和え みずなのみそ汁</p>
<p>27</p> <p>ごはん・野ぶきのつくだ煮 肉団子もち米蒸し 中華風サラダ 厚あげのスープ</p>	<p>28 ★魚の食べ方コンテスト★</p> <p>ごはん 尾頭つきのあじの塩焼き じゃがみそバターの野菜添え ほうれん草ののり和え すまし汁</p>	<p>29</p> <p>ごはん ぶた肉のマーレード焼き トマトときゅうりをそえて 新玉ねぎのオープン焼き かぶの豆乳ポタージュ</p>	<p>30 ★名越の大祝★</p> <p>ごはん 魚の焼きびたし 夏野菜のごまみそ和え そうめん汁 みなづき 水無月</p>	<p>1日は「さなほり献立」♪</p> <p>今年の田植えも終わりました。 さなほりでは、田植えが終わった ことをお祝いします。 秋には、黄金色の稲穂が たくさん実りますように…</p>

*献立内容は、学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。

*毎日、牛乳(200ml)がつかます。