

# 6月献立表

《給食目標》 よくかんで食べよう

朝来市学校給食センター  
☎ 672-2801

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
 <p>ごはん 牛乳 鯖の白しょうゆ焼き チャプチェ 大根のみそ汁</p>	<p>1日</p> <p>ごはん 牛乳 鯖の白しょうゆ焼き チャプチェ 大根のみそ汁</p>	<p>2日</p> <p><b>【はばタン給食】</b> ごはん 牛乳 鶏肉の米粉揚げ いかとひじきのマリネ もち麦めんの汁 淡路島ヨーグルト</p>	<p>3日</p> <p>スタミナごはん 牛乳 シューマイ ほうれん草のおひたし 豆腐のすまし汁</p>	<p>4日</p> <p><b>【虫歯予防デー】</b> ごはん ふりかけ 牛乳 鱈のチーズパン粉焼き 彩りサラダ 呉汁</p> 
<p>7日</p> <p>ごはん 牛乳 ホキのレモンソース アスパラサラダ 新玉ねぎのポトフ</p>	<p>8日</p> <p><b>【かみかみデー】</b> ごはん 牛乳 おばあちゃんの丹波黒大豆入りみそ 牛乳 豚肉のみそ黒糖焼き そら豆とえびのソテー わかめスープ</p> 	<p>9日</p> <p>麦ゆかりごはん 牛乳 鯖の照り焼き 小松菜のごま和え 田舎汁 生野味みそ</p>	<p>10日</p> <p><b>【和田山中 希望献立】</b> ごはん 牛乳 牛乳 手作りチキンカツ フルーツ白玉 かき玉汁</p>	<p>11日</p> <p>コウノトリ米ごはん 牛乳 鰯のみりん干し ささみの梅風味和え 油揚げのみそ汁 緑風みそ</p>
<p>14日</p> <p>ごはん 牛乳 オムレツのトマトソース グリーンサラダ 野菜のスープ煮 ももゼリー</p>	<p>15日</p> <p>麦ごはん 牛乳 鶏肉の変わり南蛮 キャベツの昆布マヨ けんちん汁</p>	<p>16日</p> <p>菜めし 牛乳 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 ちゃんこ汁</p>	<p>17日</p> <p>ごはん 牛乳 豚肉のみそ炒め ほうれん草とコーンの和え物 ワンタンスープ</p>	<p>18日</p> <p><b>【ちゃずりんデー】</b> ごはん 牛乳 新玉ねぎ 新じゃがいも キスのキャロットソース きゅうりと新玉ねぎの酢の物 新じゃがのみそ汁</p> 
<p>21日</p> <p>ごはん 牛乳 えびとポテトのチリソース 枝豆サラダ 肉団子スープ</p>	<p>22日</p> <p>ごはん 牛乳 千草焼き 野菜の海苔和え 冬瓜のみそ汁</p>	<p>23日</p> <p><b>【大蔵小 希望献立】</b> キムチごはん 牛乳 淡路玉ねぎコロッケ 春雨サラダ コンソメスープ 夏みかんゼリー</p>	<p>24日</p> <p>ごはん 牛乳 焼きししゃも 大根のごま和え 夏野菜のそぼろ煮</p>	<p>25日</p> <p>ごはん 牛乳 鶏肉のバジル焼き ミルクおから もずくのすまし汁 冷凍パイ</p>
<p>28日</p> <p>ごはん 牛乳 スズキのごまフライ いんげんのアーモンド和え レタスとトマトのスープ</p>	<p>29日</p> <p>麦ごはん 牛乳 ウインナー 海藻サラダ キーマカレー</p> 	<p>30日</p> <p>梅しそごはん 牛乳 鶏肉の塩麴焼き キャベツとれんこんのサラダ 南瓜のみそ汁</p>	<p><b>6月は食育月間です!</b></p> 	

※学校給食費の口座振替は毎月25日です。前日までに振替口座の残高の確認をお願いします。なお、学校給食費はお米・野菜など給食の材料代として使用しています。物資の都合で内容を変更する場合がありますが、ご理解ご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症予防のため、手で触れるパン・果物の提供を当面の間、見合わせます。