



6月のこんだて表



京丹後市立丹後小学校



月	火	水	木	金
31	1	2	3	4
カレーライス 福神漬け フルーツ白玉 牛乳	ごはん ちくわの磯辺揚げ 即席漬け 切干大根の炒め煮 牛乳	ごはん イカの煮つけ たくあん和え 沢煮椀 牛乳	きなこパン 鶏肉の香味揚げ わかめの酢の物 ワンタンスープ ゼリー 牛乳 【6-2リクエスト】	もぐもぐカリカリ丼 炒めビーフン かき玉汁 牛乳 【かみかみメニュー】
7	8	9	10	11
ハヤシライス きゅうりと パインのサラダ 牛乳	ごはん 小アジのから揚げ あらめの炒り煮 しめじのすまし汁 牛乳	うめチリごはん 鶏肉の照り焼き 白菜のごま和え 豆腐のみそ汁 牛乳	ごはん 肉豆腐 茎わかめのごま しょうゆ炒め アーモンドじゃこ 牛乳	ごはん じゃがいもと 卵のピザ風焼き キャベツのソテー ビーンズスープ 牛乳
← 歯と口の健康週間 →				
14	15	16	17	18
ごはん 鶏肉とレバーの 甘辛がらめ ひじきの香味炒め 豚肉とレタスの みそ汁・牛乳	クッパ ナムル ドーナツ 牛乳 【オリパラ・韓国】	ごはん 豚肉と玉ねぎのオイ スターソース炒め ピリ辛きゅうり ワンタンスープ 牛乳	ごはん 豚肉のハリハリ キムチ炒め 肉団子のスープ 牛乳	ごはん ツナ春巻き 豚肉とピーマン の千切り炒め トマトと卵の スープ・牛乳
21	22	23	24	25
タコライス ベーコンと レタスのスープ サクランボゼリー 牛乳	ごはん 鶏肉の夏大根 おろしだけかけ トマトときゅうり の甘酢和え あごのたたき汁 牛乳 【丹後・食の日】	ごはん カレー豆腐 ビーフンサラダ 山川漬 牛乳	麦ごはん ささみのレモン ソース和え じゃがいもの しゃきしゃきサラダ キャベツのスープ 牛乳 【かみかみメニュー】	生姜ごはん じゃがいもの そばろ煮 ひじき入りきんぴら 冷凍みかん 牛乳
28	29	30	～あご(トビウオ)のたたき汁～	
ごはん トビウオの 石垣フライ キャベツと きゅうりの酢の物 玉ねぎのみそ汁 牛乳	減量ごはん ふりかけ 鶏から揚げ ラーメン ポテトサラダ つぶつぶみかんゼリー 牛乳 【6-1リクエスト】	ごまごはん 焼き鯖 磯香和え 揚げのみそ汁 水無月風いろいろ 牛乳	あごは丹後を含めて山陰地方での呼び方 です。三枚におろしたトビウオの身を包 丁でとんとたたいてミンチにして、そ れを団子にして、みそ汁に入れたもの。 トビウオをおろした時に残る骨もだしを とるのに使うので、とてもいい味が出ま す。	