



6がつ こんだてひょう



令和6年度

岩滝小学校

月	火	水	木	金
	＼ 6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です！ ／ 給食でもよく噛んで食べる食材や カルシウムがたくさん入った食材を取り入れています よく噛んで食べると虫歯予防のほかに消化を助けたり 脳の働きや言葉の発音を良くしたりします 一口30回、噛んで食べましょう！		魚、豆、卵、牛乳、野菜、果物、海藻、きのこ、小麦、米、油、塩、砂糖、調味料 じもと しょくざい 地元の食材 お米、卵、牛乳、キャベツ きゅうり、水菜、小松菜 葉ねぎ、ピーマン、たまねぎ	
3日 かみかみ週間	4日	5日	6日	7日
じゃことひじきのピリ辛丼 牛乳 キャベツときゅうりの昆布和え おから団子のごろごろ汁	ごはん 牛乳 いかのかりん揚げ ポリポリサラダ すまし汁	むぎ 麦ごはん だいず 大豆とごぼうのドライカレー 牛乳 野菜ソテー 抹茶ミルクもち	わかめごはん 牛乳 めざしのカリカリ焼き きゅうりのおかか和え 豚汁 セミノール	かみかみごはん 牛乳 厚揚げとチンゲンサイの中華風煮 ビーフンサラダ
10日	11日	12日	13日	14日
ごはん 牛乳 ささみの梅しそフライ ドレッシングサラダ わかめスープ	ごはん 牛乳 春雨マーボー豆腐 きゅうりともやしのナムル あじさいゼリー	きなこ揚げパン 牛乳 きゅうりとツナのサラダ ポークビーンズ	ごはん 牛乳 卵のココットミートソース ポパイサラダ オニオンスープ	ごはん 牛乳 鮭フライ タルタルソース 小松菜ののり和え レタスのスープ
17日	18日	19日	20日	21日
ごはん 牛乳 五目豆腐 ピーマンの昆布和え カリカリじゃこ	ごはん 牛乳 さばのカレー焼き もやしのごま和え えのきのすまし汁	こくとう 黒糖パン 牛乳 とりにく だいず 鶏肉と大豆のトマトソース フレンチサラダ フルーツヨーグルト	ごはん 牛乳 新玉ねぎといんげんのかき揚げ きゅうりのごま和え じゃがいものみそ汁	ピラフ 牛乳 クリスピーチキン マスタードサラダ 豆乳スープ
24日	25日	26日	27日	28日
ごはん 牛乳 干草焼き わかめの酢の物 花魁のすまし汁	ごはん 牛乳 チンジャオロース スパイシービーンズ ねぎの中華スープ	ごはん 牛乳 さわらのから揚げ～ピリッとソース～ 青じそ入りさっぱりサラダ 野菜たっぷりスープ	ジャージャー麺 牛乳 トックスープ セミノール	ひじきごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ゆで豚の梅和え なすのみそ汁

＊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。