



6がつ こんだてひょう



令和7年度 岩滝小学校

月	火	水	木	金
2日 歯と口の健康メニュー ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ビーフンサラダ あつあ 厚揚げとチンゲン菜の中華風煮	3日 かみかみごはん ぎゅうにゅう 牛乳 うるめの丸干し マロニーさんぴら とんじる 豚汁	4日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いかのかいん揚げ はいはいキムチ ねぎの中華スープ	5日 むぎ 麦ごはん だいず 大豆とごぼうのキーマカレー ぎゅうにゅう 牛乳 やさい 野菜ソテー まっちゃ 抹茶ミルクもち	6日 じゃことひじきのピリ辛丼 ぎゅうにゅう 牛乳 そくせきづ 即席漬け おから団子のごろごろ汁
9日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ふたにく 豚肉とたまねぎのオイスター炒め ワントンスープ ごまの米粉ケーキ	10日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さわらの煮つけ ゆかり和え かきたま汁	11日 きなこ揚げパン ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく 鶏肉のパン粉焼き マヨなしポテトサラダ チンゲン菜のスープ	12日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ささみの梅しそフライ いそかあ 磯香和え あつあ 厚揚げのみそ汁	13日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 たまご 卵のココットミートソース あお 青じそ入りさっぱりサラダ オニオンスープ
16日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 なごやふう 名古屋風から揚げ もやしのごま和え じゃがいものみそ汁	17日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばのカレー焼き マカロニサラダ レタスのスープ	18日 こくとう 黒糖パン ぎゅうにゅう 牛乳 ポークビーンズ フレンチサラダ あじさいゼリー	19日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく 鶏肉の塩麹焼き みすな 水菜のおひたし きりぼしだいこん 切干大根の旨煮	20日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 きびなごのチーズ揚げ ちゅうか 中華サラダ マーボー春雨
23日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 たまねぎといんげんのかき揚げ きゅうりともやしの酢のもの えのきのすまし汁	24日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ポテトパン粉焼き ドレッシングサラダ コンソメスープ	25日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ピーマンの昆布和え カリカリじゃこ大豆 にくどうふ 肉豆腐	26日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 トビウオの南蛮漬け じゃがいものしょうゆドレッシング わかめスープ	27日 ジャージャー麺 ぎゅうにゅう 牛乳 トックスープ りんご
30日 ぐ 臭だくさん豚丼 ぎゅうにゅう 牛乳 こうやどうふ 高野豆腐のみそ汁 みなづきふう 水無月風ういろう	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！			

*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。