



# 6がつ こんだてひょう



令和8年度

岩滝小学校

月	火	水	木	金
1日 ごはん 牛乳 鶏肉の塩麩焼き いらたま炒め 豆腐のスープ	2日 ごはん 牛乳 白身魚のごま焼き ちくわとわかめの中華風和え かまぼこのすまし汁	3日 <b>歯と口の健康メニュー</b> 味付けパン 牛乳 ポテトパン粉焼き フレンチサラダ トマト入りコンソメスープ	4日 <b>歯と口の健康メニュー</b> じゃことひじきのピリ辛丼 牛乳 切干大根のナムル おから団子のごろごろ汁	5日 <b>歯と口の健康メニュー</b> 大豆とごぼうのキーマカレー 牛乳 野菜ソテー 抹茶ミルクもち
8日 <b>歯と口の健康メニュー</b> ごはん 牛乳 はりはりキムチ炒め ねぎのサラダ 中華スープ	9日 <b>歯と口の健康メニュー</b> かみかみごはん 牛乳 きんぴらごぼう たくあん和え 厚揚げのみそ汁	10日 ココア揚げパン 牛乳 ビーフンサラダ チリコンカン	11日 ごはん 牛乳 さわらの煮つけ ゆかり和え 豚汁	12日 ごはん 牛乳 ささみの梅しそフライ おかか和え 沢煮椀
15日 ごはん 牛乳 春雨サラダ マーボー厚揚げ ごまの米粉ケーキ	16日 ごはん 牛乳 高野豆腐のから揚げ 小松菜のおひたし 鶏すき焼き煮	17日 ごはん 牛乳 じゃがいもの中華風炒め <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">New</span> ワンタンスープ きな粉大豆	18日 ごはん 牛乳 さばのカレー焼き マカロニサラダ 野菜たっぷりスープ	19日 ピラフ 牛乳 ドレッシングサラダ ミネストローネ
22日 ジャージャー麺 牛乳 わかめスープ オレンジ	23日 親子丼 牛乳 きゅうりとじゃこの酢のもの えのきのすまし汁	24日 ごはん 牛乳 トビウオの南蛮漬 もやしのナムル 坦々スープ	25日 ごはん 牛乳 おからナゲット ひじきのソテー 小松菜のスープ	26日 ごはん 牛乳 豚肉の生姜炒め 小松菜と油揚げのみそ汁 あじさいゼリー
29日 ごはん 牛乳 たまねぎといんげんのかき揚げ 青じそ入りさっぱりサラダ キャベツのみそ汁	30日 ごはん 牛乳 ピーマンの昆布和え 肉豆腐 水無月風いろいろ			