



6月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

月	火	水	木	金
1日	2日	3日	4日	5日
<ul style="list-style-type: none"> ごはん じゃがいもの そぼろ煮 きゅうりの酢のもの 昆布のつくだ煮 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のバーベキューソース 豚肉ときのこのソテー 卵のスープ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ちくわのいそべあげ じゃがいもの きんぴら とうふのみそ汁 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">歯と口の健康週間~10日</div> <ul style="list-style-type: none"> ごはん イカのかりんあげ★ にらとわかめの あえ物★ レタスの中華スープ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> こぎつねごはん★ ひじきの香味炒め★ えのきのすまし汁 バナナ 牛乳
8日	9日	10日	11日	12日
<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん★ ささみのチリソース★ ベーコンとコーンのソテー 五目スープ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 小あじのからあげ★ 玉ねぎのオイスターソース炒め ごぼうのみそ汁★ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 高野でマーボー★ 切干大根のサラダ★ チーズ蒸しパン★ 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">入梅</div> <ul style="list-style-type: none"> 梅わかごはん 豚肉のごまだれかけ 煮びたし しめじのすまし汁 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん レバポテビーンズ マリアナソース 甘夏サラダ コンソメスープ 牛乳
15日	16日	17日	18日	19日
<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん (特別栽培米) ハヤシライス フレンチサラダ キャラメルプリン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん(特別栽培米) ポテトのチーズ焼き 五目炒め わかめのすまし汁 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん(特別栽培米) はりはりキムチ炒め 無限きゅうり 春雨スープ 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">たんご食の日</div> <ul style="list-style-type: none"> ごはん(特別栽培米) トビウオの エスカバージュ ゆかり粉ふきいも キャベツのスープ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん(特別栽培米) わかめの 米粉かきあげ 大豆きんぴら あつあげのみそ汁 牛乳
22日	23日	24日	25日	26日
<ul style="list-style-type: none"> タコライス もずくスープ パインゼリー 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん スタミナ炒め 即席漬け アゴのたたき汁 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> しょうがごはん 鶏肉のからあげ 切干大根とツナの 炒め物 ふのすまし汁 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">世界の料理・カナダ</div> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚のフライ オーロラソース 豚肉と野菜のソテー ピースープ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん いそ煮 うま塩レモンサラダ こんにゃくの炒り煮 牛乳 
29日	30日	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">歯と口の健康週間 (6月4日~6月10日)</div> <p>6月4日~6月10日は「歯と口の健康週間」です。これにちなんで、よくかんで食べる「かみかみメニュー」と、歯や骨をじょうぶにするカルシウムがたくさん含まれるメニュー(★マークがついています)を出します。歯と口の健康を意識しながらよくかんで食べましょう!</p> <div style="text-align: right;"></div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">入梅 (6月11日)</div> <p>6月11日は入梅という日です。このころには梅の実が黄色く熟して、日本の多くの地域で梅雨に入ります。給食では梅干しと炊き込みわかめを使った「梅わかごはん」を出します。</p> <div style="text-align: center;"></div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">夏越の祓</div> <p>6月30日には各地の神社で「夏越の祓(なごしのはらえ)」という行事が行われます。一年のちょうど半分となる6月30日に、残り半年間の無病息災を願います。この時期、京都市内では「水無月(みなづき)」と呼ばれる和菓子を食べます。給食では丸いカップに入れた「水無月ういろう」を作ります。</p> <div style="text-align: center;"></div>		
<ul style="list-style-type: none"> ごはん ジャージャー麺 鶏肉と野菜のソテー トマト 牛乳 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">夏越の祓</div> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のさっぱり煮 もやしのごまあえ 油あげのみそ汁 水無月ういろう 牛乳 			

都合により、献立を変更することがあります。