



こんだてひょう



峰山学園しんざん小学校

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
ごはん じゃがいものそぼろ煮 きゅうりの酢の物 昆布の佃煮 牛乳	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	ごはん ちくわの磯辺揚げ じゃがいものきんぴら 豆腐のみそ汁 牛乳	ごはん ★イカのかりん揚げ ★にらとわかめの和え物 レタスの中華スープ 牛乳	★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	9	10	11	12
★麦ごはん ★ササミのチリソース ベーコンとコーンのソテー 五目スープ 牛乳	減量ごはん ★高野でマーボー ★切干大根のサラダ ★チーズ蒸しパン 牛乳	ごはん ★小アジのから揚げ 玉ねぎのオイスター ソース炒め ★ごぼうのみそ汁 牛乳	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 【入梅】	ごはん レバポテビーンズ マリアナソース(新) みかんサラダ コンソメスープ 牛乳
15	16	17	18	19
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	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	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	ごはん(特別栽培米) トピオオのエスカベージュ ゆかり粉ふきいも キャベツのスープ 牛乳 【たんご食の日】	ごはん(特別栽培米) わかめの米粉かきあげ 大豆きんぴら 厚揚げのみそ汁 牛乳
22	23	24	25	26
タコライス もずくスープ パインゼリー 牛乳	ごはん スタミナ炒め 即席漬け アゴのたたき汁 牛乳	しょうがごはん 鶏肉のから揚げ 切干大根とツナの炒め物 ふのすまし汁 牛乳	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 【世界の料理・カナダ】	ごはん 磯煮 うま塩レモンサラダ(新) こんにゃくの炒り煮 牛乳
29	30	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>歯と口の健康週間(6月4日~6月10日)</p> <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てください。 ★は、「かみかみメニュー」です。</p>  </div>		
減量ごはん ジャージャー麺 鶏肉と野菜のソテー トマト 牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 もやしのごま和え 油あげのみそ汁 水無月風ういろう 牛乳 【夏越の祓】			

(新) は、新メニューです。お楽しみに!