



6月 給食こんだて表

宇川小学校

月	火	水	木	金
		1	2	3
6月3日～6月10日 【かみかみメニュー&カルシウムたっぷりメニュー】 6月3日～10日の「歯と口の健康週間」にちなみ、給食では3日～10日にかけて、歯の健康を保つのに効果的な「かみごたえ」のあるメニューや、「カルシウム」をたっぷり含むメニューを出します。 給食を通じて、歯と口の健康を意識しながら食事をしましょう。		ごはん 肉団子の中華煮 こんにゃくのつるつる炒め りんご	ごはん ジャがいものチーズ焼き 豚肉とピーマンの千切り炒め ピースーフ	ごはん 大豆とひじきの米粉かき揚げ もやしのごま和え 切り干大根のみそ汁
4(土)授業参観	6	7	8	9
もぐもぐかりかり丼 炒めビーフン 高野豆腐と野菜のスーフ	振替休業日	ごはん 肉豆腐 茎わかめのきんぴら アーモンドじゃこ	麦ごはん ささみのレモンソース和え ジャがいものシャキシャキのサラダ キャベツのスーフ	ごはん 小アジのカレーあげ ひじきの炒り煮 豚汁
13	14	15	16	17【たんご食の日】
ごはん (特別栽培米) 豚肉と玉ねぎのオイスターソース炒め ピリ辛きゅうり ワンタンスーフ	ごはん (特別栽培米) サバのごまみそかけ ひじきの香味炒め 豆腐のすまし汁	クッパ (特別栽培米) 切り干大根のカレー炒め もちもちドーナツ 世界の料理：韓国	ごはん (特別栽培米) とり肉とレバーの甘辛からめ キャベツのごま和え わかめのスーフ	ごはん (特別栽培米) とり肉のオニオンソース トマトときゅうりの甘酢和え アゴのたたき汁
20	21	22	23	24
ハヤシライス(麦) きゅうりのレモンサラダ さくらんぼゼリー	ごはん ツナ春巻き キャベツのソテー トマトと卵のスーフ	ごはん カレー豆腐 ササミと切り干大根の炒め物 山川漬	ごはん トビウオの石垣フライ キャベツときゅうりの酢の物 玉ねぎのみそ汁	生姜ごはん 肉じゃが キャベツのかつお和え トマト
27	28	29	30	
ごはん クリスピーチキン キャベツとコーンのソテー レタスのスーフ	減量ごはん ジャーチャー麺 キャベツとピーマンの 昆布和え オレンジ	ごはん サワラのマヨネーズ焼き 大豆入りきんぴら 麴のすまし汁	ごまごはん 夏越の祓 とり肉のさっぱり煮 磯香和え 油あげのみそ汁 水無月風ういろ	

※ 価格等の関係で献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。