



6月のこんだて表



ひみしりつなだうらしょうがっこう
氷見市立灘浦小学校

月	火	水	木	金
3 ヨーグルトあえ あじフライ あじの日 むぎはん 麦ご飯 チキンカレー	4 ひじきのナムル ねぎ焼き 歯の衛生週間献立 はん ご飯 じゃがいもの みそ汁	5 きんぴら 金平ごぼう ちくさや 干草焼き はん ご飯 みそけんちん汁	6 こまつな 小松菜としめじの あえもの いわしの梅煮 梅の日 はん ご飯 たいこん 大根の中華煮	7 マカロニサラダ だいず コーンと大豆の メンチカツ コッペパン ミネストローネ
10 さんしよく 三色ひたし いわしのかりかり揚げ ねんびねん 1・2年:1尾 3年~2尾 あじさいゼリー はん しご飯 ぶたじる 豚汁	11 ごまごまサラダ オムレツ はいがふりかけ はん ご飯 じゃがいもの ベーコン煮	12 そうきほ ほうれん草の切り干しあえ ぶたにくだいず 豚肉と大豆の あ揚げがらめ はん ご飯 たまじる かき玉汁	13 こんぶつ キャベツの昆布漬け ドライカレー ひみの日献立 (かけて食べる)ミニピーチゼリー むぎはん 麦ご飯 わかめスープ	14 ブロッコリーサラダ ぶたにく 豚肉のスタミナ炒め ごまコッペパン フルーツポンチ
17 キャベツとわかめの あまず 甘酢あえ わふう 和風ハンバーグ はん ご飯 たまじる にら玉汁	18 カリフラワーのサラダ ぶたにくしょうがいた 豚肉の生姜炒め はん ご飯 じゃがいもとえのきの みそ汁	19 カラフルサラダ かぼちゃチーズフライ はん ご飯 どうにゅう 豆乳スープ	20 そうなっとう ほうれん草の納豆あえ さばの塩焼き はん ご飯 なめこ汁	21 マリネサラダ こうそうや サーモンの香草焼き 夏至の献立 いちごジャム とうがん 冬瓜スープ
24 コーンのひたし ふくに がんもの含め煮 はん ご飯 そうふ 豆腐とわかめの みそ汁	25 もやしのごまひたし キャベツのつくね はん ご飯 だんご汁	26 こまつな 小松菜のあえもの ミックスみそ豆 はん ご飯 キャベツのみそ汁	27 じゃがいもの金平 しょうがに いわしの生姜煮 はん ご飯 へくさい 白菜のみそ汁	28 コールスローサラダ とりにく 鶏肉のグリルカレー風味 バターコッペパン 野菜スープ