



6月のこんだて

※献立は都合により、へん変

5/29 (月)	5/30 (火)	5/31 (水)	1 (木)
<p>06月の食育目標は「よく噛んで食べよう」です。  マークはかみかみメニューです。  マークはカルシウムたっぷりメニューです。 06月12日~16日はおいしがうれしが週間です。 <small>し が けん しょくざい し よう とうじょう</small></p>			むぎ 麦ごはん や 焼き魚(さば) き 切り干し大根煮 たまねぎのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳
5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)
こくとう しょく 黒糖食パン さかな 魚のムニエル チンゲン菜のソテー オニオンスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん あ 揚げだし豆腐の肉みそかけ もやしのおかか炒め キャベツのすまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ちゅうか どん 中華丼 こまつな 小松菜の中華スープ しゅうまい ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん とりつくね やさい いた 野菜炒め わかめのスープ ぎゅうにゅう 牛乳
12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)
キャロット食パン さかな こうそう こや 魚の香草パン粉焼き ほうれん草のソテー ながはましん 長浜市産トマトのスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん とりく 鶏肉のゆかり焼き もやし炒め こんさい 根菜のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	しがけん さん 滋賀県産たまねぎの ドライカレー ふくじんづ 福神漬け ツナとキャベツのソテー ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん たかしま 高島とんちゃん焼き とうふ 豆腐とゆばのすまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳
6月12日~16日 おいしがうれしが週間 (地場産物がたくさん登場しま			
19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)
コッペパン いちごジャム チキンのレモンペッパー焼き キャベツのカレーソテー コンソメスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん にさかな 煮魚(さば) チンゲン菜のごま炒め とり 鶏ごぼう汁 ぎゅうにゅう 牛乳	カラフルポーク丼 レタスのスープ ジョア	むぎ 麦ごはん にくだんご やさい あまず 肉団子と野菜の甘酢あん ニラの中華スープ ぎゅうにゅう 牛乳
26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)
しょく 食パン ブルーベリージャム とんかつ こまつな 小松菜のソテー こんさい 根菜スープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん ほういこうろう 回鍋肉 ビーフンスープ ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん や 焼き魚(鮭) キャベツのこんぶ炒め かぼちやのそぼろ煮 ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん あつあ ぶたにく しょうが いた 厚揚げと豚肉のしょうが炒め けんちん汁 ぎゅうにゅう 牛乳
6月は食育月間です!			

令和5年度

にう ばあい
更する場合があります。

2 (金)

バターリッチコッペ

たにく とき の この カレー マヨ いため
豚肉ときのこのカレーマヨ炒め

チキンスープ

ぎゅうにゅう
牛乳

9 (金)

にく
肉うどん

あお いた
青じそ炒め

みず
水ようかん

ぎゅうにゅう
牛乳

16 (金)

バンズパン

メンチカツ

キャベツとコーンのソテー

こまつな
小松菜としいたけのスープ

ぎゅうにゅう
牛乳



す。)

23 (金)

コッペパン

さかな
魚のカレーパン粉焼き

けちやっぷ いため
ケチャップ炒め

じゃがいも とうにゅう
じゃがいもの豆乳スープ

ぎゅうにゅう
牛乳

30 (金)

アップルコッペ

とりにく
鶏肉のマーマレード焼き

もやしのソテー

ポテトのスープ

ぎゅうにゅう
牛乳