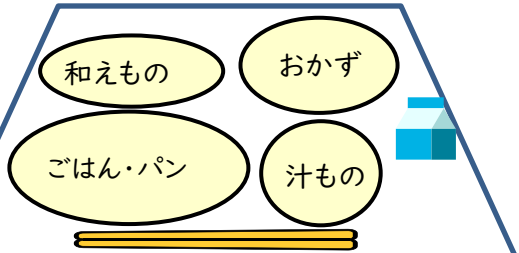


# 6月 こんだてイラスト

<今月の献立のねらい>  
よくかんで食べよう!



月	火	水	木	金
<b>6/4(金)～6/11(金)</b> <b>かみかみウィーク</b> <b>「ひみこのはがいて」</b>  1口30回 かむと体に いいわよ! <b>→食育だよりを チェック!!</b>	<b>1</b> そえやさい ソースカツ  麦ごはん ジャがいもスープ 	<b>2</b> ジューシー ひじきののっちゃんサラダ  チーズパン カレーうどん 	<b>3</b> とり肉とあつあげの炒めもの  ごはん フォー 	<b>4&lt;かみかみウィーク&gt;</b> かみかみサラダ メンチカツ  麦ごはん くきわかめスープ 
<b>7</b> かみかみれんこんチップス  ミルククリーム げんまいパン ポークビーンズ 	<b>8</b> いわしの梅あげ いりどうふ  麦ごはん ごぼうとあげのおつゆ 	<b>9</b> ゆかり和え  ぱりぱりやきそば フルーツあんにん 	<b>10</b> あつあげ入りすぶた  ざっこくごはん はるさめスープ 	<b>11</b> レモンゼリー コールスローサラダ  チキンカレーライス ふくじんづけ 
<b>14</b> えこめ牛とれんこんの甘辛いため  のりつくだに きびごはん いそのかスープ 	<b>15</b> さっぱり和え かつおのしょうが煮  麦ごはん 白玉汁 	<b>16</b> 冷やし中華サラダ ぎょうざ (小2、中高職3)  いちごジャム こめこパン スーミータン 	<b>17</b> はるまき  手作りさけふりかけ ごはん ピリから豚汁 	<b>18&lt;くまさんデー@阿蘇&gt;</b> あまなつゼリー ねばねばサラダ  高菜チャーハン タイピーエン 
<b>21</b> サラたまちゃんサラダ  メープルマーガリン 食パン チリコンカン 	<b>22</b> マーボーどうふ  麦ごはん 3色つみれ汁 	<b>23</b> アーモンド和え オムレツ&ケチャップ  ミルクパン コンソメスープ 	<b>24</b> 具だくさんサラダ さばのスタミナ焼き  ごはん もやしスープ 	<b>25</b> ソテー ハンバーグ手作りソースかけ  とうもろこしごはん やさいスープ 
<b>28</b> とりじゃが  ごはん 魚のつみれ汁 	<b>29</b> おやこに  麦ごはん なすのみそ汁 	<b>30</b> のむヨーグルト  ごぼうサラダ  ミルクパン 高菜の和風スパゲティ 	<b>♪6月のイチオシのメニュー♪</b> 4～11日 かみかみウィーク 18日 ふるさとくまさんデー@阿蘇 (県産品→高菜、タイピーエン、甘夏) 25日 地域の旬の味☆ 菊陽産とうもろこしのごはん 	

※太枠でかこったおかずは一緒にそろってください。なお、水気や量でお皿が変わる場合もあります。