

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 |
|--|---------------------------------------|--|--|--|
| 6/4(金)～6/11(金) かみかみウィーク 「ひみこのはがいーゼ」 →食育だよりを チェック!! | 1 そえやさい ソースカツ 麦ごはん じゃがいもスープ | 2 ジューシー ひじきのてっちゃんサラダ チーズパン カレーうどん | 3 とり肉とあつあげの炒めもの ごはん フォー | 4<かみかみウィーク> かみかみサラダ メンチカツ 麦ごはん くきわかめスープ |
| 7 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 | 8 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 | 9 ゆかり和え ぱりぱりやきそば フルーツあんにん | 10 あつあげ入りすぶた ざっこくごはん はるさめスープ | 11 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 |
| 14 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 | 15 さっぱり和え かつおのしょうが煮 麦ごはん 白玉汁 | 16 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 | 17 はるまき 手作りさけふりかけ ごはん ピリから豚汁 | 18<くまさんデー@阿蘇> 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 |
| 21 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 | 22 マーボーどうふ 麦ごはん 3色つみれ汁 | 23 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 | 24 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 | 25 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 |
| 28 とりじゃが ごはん 魚のつみれ汁 | 29 おやこに 麦ごはん なすのみそ汁 | 30 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 | ♪6月のイチオシのメニュー♪ | |
| <p>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</p> | | | | |

※太枠でかこったおかずは一緒によそってください。なお、水気や量でお皿が変わることもあります。

