

# 給食たより 6月

今月の目標

時間を守って食べよう

井川町学校給食センター  
(小学校用)

献立予定表(都合により献立が変わることがあります。)

月	火	水	木	金	
<p>★今月の井川町の食材★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お米 ・にら ・長ねぎ ・ふき</li> <li>・みず ・玉ねぎ ・きゃべつ</li> <li>・ほうれん草 ・きゅうり ・みそ</li> </ul> <p>の使用を予定しています。</p> 		<p>★今月の平均栄養価★</p> <p>小学校(中学年) エネルギー 680 kcal たんぱく質 27.6g</p>		<p>1</p> <p>野菜塩ラーメン 牛乳 ちくわの二色揚げ (カレー・青のり1個ずつ) もやしとにらのナムル</p> <p>6年生給食なし</p>	<p>2</p> <p>ひじきごはん 牛乳 ししゃも唐揚げ(2個) 野菜のごま和え 豆腐となめこのみそ汁 ミニトマト(2個)</p> <p>6年生給食なし・1年給食試食会</p>
5	6	7	8	9	
<p>ごはん 牛乳 鶏肉のオニオン焼き 山蕨の炒め煮 えのきのみそ汁 小魚アーモンド かみかみメニュー</p>	<p>わかめごはん 牛乳 春巻 いかと野菜のカレーマリネ ワンタンスープ</p>	<p>ごはん 牛乳 さばの南蛮漬 いりどり(ごぼう) 小松菜のみそ汁</p>	<p>豆パン 牛乳 チキンポテトグラタン グリーンサラダ 肉団子スープ</p>	<p>ハヤシライス 牛乳 蒸し野菜のマスタードソースかけ ブルーン</p> 	
12	13	14	15	16	
<p>ごはん 牛乳 ほっけピリ辛焼き ひじきの煮物 きゃべつのみそ汁 さくらんぼ(2個) もりもり食べようウィーク</p>	<p>チキンピラフ 牛乳 カレーチーズオムレツ コーンサラダ オニオンスープ</p>	<p>ごはん 牛乳 ユーリンチー(2個) 春雨の中華炒め わかめスープ</p>	<p>肉うどん 牛乳 ひじきと豆腐のカップ焼き しめじとブロッコリーのごま和え 元気ヨーグルト</p>	<p>ごはん 牛乳 秋田県産ポークメンチカツ 野菜炒め ふきと豆腐のみそ汁</p>	
19	20	21	22	23	
<p>ごはん 牛乳 ささみのオランダ揚げ 肉じゃが 花なるとのすまし汁</p>	 <p>クレヨン遠足</p>	<p>ごはん 牛乳 赤魚の中華揚げ 切り干し大根の煮物 ほうれん草のみそ汁</p>	<p>米粉パン(ブルーベリージャム) 牛乳 豚肉のデミグラスソース煮 まめまめサラダ トマトシチュー</p>	<p>カレーライス(麦ごはん) 牛乳 福神漬 きゃべつとハムのサラダ メロン</p> <p>6年生給食なし</p>	
26	27	28	29	30	
<p>ごはん(さげぼっぱ) 牛乳 ひまわり焼き ツナサラダ もずくスープ 5年生給食なし</p>	<p>ごはん 牛乳 きのこシュウマイ(2個) バンサンスー 麻婆豆腐 5年生給食なし</p>	<p>ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き ふきの煮物 チンゲン菜のみそ汁</p>	<p>ツナとトマトのスパゲッティ 牛乳 秋田県産みどり大豆コロッケ ブロッコリーのサラダ バナナ</p>	<p>ごはん 牛乳 さんまのかば焼き もやしの酢じょうゆ みずか焼き 白桃ゼリー</p>	

↓↓裏面もあります↓↓