

# 給食たより



今月の目標

よく噛んで食べよう

献立予定表 (都合により献立が変わることがあります。)

井川町学校給食調理場

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
わかめごはん 牛乳 ひまわり焼き じゃがバター炒め スナップえんどうのみそ汁	ルーローハン 牛乳 黒ごまたっぷりポパイサラダ わかめスープ	ごはん(かむふりかけ) 牛乳 コーンと大豆のメンチカツ かみかみサラダ 山菜のみそ汁 <b>かみかみメニュー</b>	フランスパン 牛乳 鶏肉のトマトソースかけ チーズ入りサラダ コーンポタージュ 歯と口の健康週間ゼリー	ごはん 牛乳 さばの南蛮漬 れんこんのきんぴら たけのことほうれん草のみそ汁
9	10	11	12	13
ごはん 牛乳 豚肉のりんごソースかけ 磯香あえ じゃがいもと豆腐のみそ汁	ごはん 牛乳 春巻き バンサンスー 麻婆豆腐	ごはん 牛乳 いかの香味焼き じゃが豚キムチ きゃべつのみそ汁	山菜うどん 牛乳 たまご焼き なめたけあえ さつまいもの甘煮	カレーライス (麦ごはん) 牛乳 福神漬 きゃべつのマリネ
16	17	18	19	20
<b>振替休業日</b> 	チャーハン 牛乳 タッカルビ風スープ <b>後期振替休業日</b> (7~9年給食なし)	ごはん 牛乳 あじのカレーパン粉焼き 切干大根のベーコン炒め きゃべつともずくのみそ汁 <b>もぐもぐCP</b>	コッパン(チョコレートパテ) 牛乳 ラザニア グリーンサラダ オニオンスープ いちご(2個)	スタミナ丼 牛乳 じゃがコロサラダ みそかきたま汁
23	24	25	26	27
ごはん 牛乳 ししゃもフライ(2個) 肉じゃが 野菜と高野豆腐のみそ汁 元気ヨーグルト <b>もぐもぐCP</b>	ごはん 牛乳 青椒肉絲 もやしとにらのナムル ワンタンスープ	荳わかめ入りわかめごはん 牛乳 ささみのレモン煮 切干大根入りごまサラダ レタスとトマトのたまごスープ さくらんぼ(2個) <b>1年保護者給食試食会</b>	ナポリタンスパゲッティ 牛乳 まめまめサラダ レモンバターケーキ	ごはん 牛乳 鶏肉のオニオン焼き ビーフンと野菜の炒めもの なめこと豆腐のみそ汁
30	<b>6月14日(土)の給食について</b>		○今月の平均栄養価○	
ごはん 牛乳 たまごのカップ蒸し ひじきの煮物 豚汁	○14日は1~6年生のみの登校日で、給食があります。土曜日のため、簡易給食となります。 【献立】 ひじきごはん、ジョア(ブルーベリー)、きゃべつとじゃがいものみそ汁		前中期 エネルギー 645kcal たんぱく質 27.2g	後期 エネルギー 841kcal たんぱく質 34.0g
		☆今月の井川町食材☆ お米、わらび、ふき、たけのこ、レタス 		