



6月の献立表



2	月	鮭の照り焼き みずのけんちん 苺 みそ汁		牛乳 菓子	E:270 P:18.1 F:9.8 塩分:2.2
3	火	ハッシュドポーク パインサラダ みかんゼリー 牛乳		麦茶 メープルマフィン	E:437 P:16.6 F:21.7 塩分:2.0
4	水	◎ ミートボール アスパラサラダ 晩柑 コーンスープ		牛乳 菓子	E:383 P:15.5 F:20.2 塩分:1.8
5	木	★ お楽しみ献立 (夢華先生が考えてくれます♪)		牛乳 菓子	E:642 P:23.2 F:19.9 塩分:2.0
6	金	酢豚 ゴマきゅうり 苺 みそ汁	※	牛乳 ジャムサンド	E:304 P:13.8 F:15.2 塩分:1.9
7	土	チキンカレー バナナ 牛乳		野菜ジュース 菓子	E:327 P:9.8 F:10.8 塩分:1.4
9	月	鶏肉のチーズピカタ スパゲティソテー 苺 野菜スープ	※	牛乳 黒糖蒸パン	E:398 P:19.2 F:12.7 塩分:2.2
10	火	麻婆豆腐 華風和え メロン わかめの中華スープ		ジョア 菓子	E:308 P:19.6 F:11.6 塩分:1.7
11	水	詰め合わせ 浅漬け バナナ 野菜ジュース		牛乳 菓子	E:386 P:25.8 F:11.7 塩分:2.1
12	木	赤魚の甘辛揚げ ゴマ酢和え 晩柑 うどん汁	※	麦茶 お豆腐団子	E:442 P:21.7 F:13.5 塩分:3.0
13	金	ポークカレー 福神漬け コーンサラダ Gキウイ 牛乳		ヨーグルト 昆布	E:393 P:17.6 F:16.3 塩分:2.4
14	土	★ おにぎり オレンジジュース (保護者参観日)			E:255 P:5.8 F:1.6 塩分:0.8
16	月	煮魚 三色浸し 苺 春雨スープ		牛乳 菓子	E:208 P:15.4 F:6.4 塩分:1.9
17	火	鉄火煮 チーズ納豆 アンデスメロン みそ汁		アイスクリーム	E:431 P:20.8 F:20.8 塩分:
18	水	鶏のから揚げ マカロニサラダ 晩柑 ふりかけ みそ汁	※	牛乳 ポパイケーキ	E:398 P:18.9 F:13.7 塩分:2.0
19	木	高野豆腐バーグ 和えもの さくらんぼ コーンスープ	※	牛乳 スティックパイ	E:416 P:17.5 F:13.3 塩分:2.2
20	金	あじフライ ごぼうサラダ 晩柑 みそ汁	※	牛乳 ジャムサンドクラッカー	E:495 P:24.1 F:20.3 塩分:2.4
21	土	豚丼風 バナナ 牛乳		麦茶 菓子	E:310 P:12.4 F:14.3 塩分:0.8
23	月	さばのみそ煮 和風サラダ バナナ すまし汁		牛乳 菓子	E:314 P:17.3 F:14.9 塩分:2.4
24	火	◎ 冷しゃぶのゴマだれ メロン 味付けのり みそ汁		牛乳 菓子	E:335 P:19.5 F:15.3 塩分:2.0
25	水	★ 冷やし中華 フルーツヨーグルト	※	牛乳 カップケーキ	E:551 P:18.3 F:16.3 塩分:1.3
26	木	魚のチーズフライ ポテトサラダ メロン みそ汁		プリン 昆布	E:376 P:20.8 F:16.2 塩分:2.1
27	金	肉じゃがカレー風味 コールスロー ピーチゼリー みそ汁	※	フルーツポンチ	E:321 P:14.6 F:8.8 塩分:2.0
28	土	コーンシチュー バナナ 野菜ジュース		朝のYOO 菓子	E:363 P:13.5 F:8.1 塩分:1.9
30	月	筑前煮 お浸し ふりかけ バナナ みそ汁	※	牛乳 ピザトースト	E:405 P:25.1 F:14.3 塩分:2.7

★ 完全給食です。はと・はな・ほし組は箸とおしぼりは必要です。

◎ かみかみデーです。かむ献立にしています。

※ 手作りおやつです。

