

北・東美原区

6月 がつ きゅうしょくこんだてひょう

月	火	水	木	金
2 ごはん ぎゅうにゅう レタスとたまごのスープ ドライカレー	3 ごはん ぎゅうにゅう みそしる さばのうめに こまつなのおひたし	4 こくとうパン ぎゅうにゅう おしむぎいりとうにゅうスープ チキンナゲット コーンキャベツ	5 ごはん ぎゅうにゅう クッパ ぶたにくのプルコギ	6 はとくちのけんこうしゅうかん <small>こんだて</small> ごはん ぎゅうにゅう どさんこじる カルちゃんやき ソース ミニフィッシュ
9 ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが あじのなんばんづけ	10 ミニコッペパン ぎゅうにゅう ペペロンチーノ ホットサラダ	11 ごはん ぎゅうにゅう しおちゃんこじる ひとくちやきとり ひじきのあまに	12 ごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス ポテトサラダ ヨーグルト	13 ごはん ぎゅうにゅう チャーハンどうふ じゃがいものいそべやき
16 ばんぱくこんだて コッペパン ぎゅうにゅう ガルド・ヴェルデ サルディーニヤス・アサーダス みかんジャム	17 さかいのひ ごはん ぎゅうにゅう こぶうどん きんぴらごぼう こざかなのつくだに	18 ごはん ぎゅうにゅう むらくもじる あつあげのしょうがやき きりぼしだいこんのいりに	19 ごはん ぎゅうにゅう ビーフンスープ にくだんごのピリカラに	20 コッペパン ぎゅうにゅう ポークンチュー ホットサラダ
23 ミニパン あげパン ぎゅうにゅう ワンタン はるさめのいために	24 ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ ちゅうかサラダ	25 ごはん ぎゅうにゅう あかだし ぶたどん やさいのごまず	26 ごはん ぎゅうにゅう コーンラーメン やきギョーザ やさいソテー	27 ごはん ぎゅうにゅう みそしる さけのしおやき かぼちゃのそぼろに

30
ミニコッペパン
ぎゅうにゅう
ナポリタンスパゲティ
なつやさいとツナの
マヨネーズふうみやき



しよく いく もく ひょう
食育目標

よくかんでたべよう

