



6月 きゅうしょくこんだてひょう

令和2年度

菅平小学校

こんげつのもくひょう: せいけつなしょくじをしよう

月	火	水	木	金
1 ・ひじきむぎごはん ・こおりとうふふくめに ・あさづけ ・うずらたまごのすましじる ・おいおいせりー	2 ・むぎごはん ・キーマカレー ・ふくじんづけあえ ・まぜっこせりー	3 ・せきはん ・あつあげそぼろあんかけ ・きりぼしだいこんさんほいず ・じゃがいもとあおなのみそしる	4 ・ごはん ・ちくわいそばあげ ・だいこんサラダ ・なめこじる	5 ・コッペパン ・さかなのフライ ・コールスローサラダ ・コンソメスープ
8 ・ごはん ・とりにくのマーマレードやき ・じゃがいもごまサラダ ・キャベツのスープに	9 ・ごはん ・あおのりじゃがまめ ・バンバンジーサラダ ・ごもくちゅうかスープ	10 にゅうばいこんだて ・うめむぎごはん ・カップエッグ ・ツナサラダ ・あつあげのみそしる	11 ・ごはん ・カレーマーボーとうふ ・レモンずあえ ・にらたまじる	12 ・ごはん ・こおりとうふとちくわのごまがらめ ・からしあえ ・ささみのすましじる
15 ・ごはん ・さばのカレーやき ・きりぼしだいこんに ・とうふのみそしる	16 ・ごはん ・レバーとこおりとうふのケチャップに ・あおなのえのきあえ ・こんにゃくみそラーメンしる	17 ・ごはん ・とうふいりハンバーグ ・イタリアンサラダ ・コーンスープ	18 「いいは」のひのこんだて ・はつがげんまいごはん ・まめまめみそまめ ・ひじきのマリネ ・うずらたまごと チンゲンサイのスープ	19 ちいきしよくざいのひ ・むぎごはん ・さんしょくどんのぐ ・かいそうサラダ ・いなかじる
22 ・ごはん ・こおりとうふのたまごとじ ・のりあえ ・キャベツとあげのみそしる	23 ・わかめむぎごはん ・あじのこうみやき ・はるさめサラダ ・レタスとコーンのスープ	24 ・ごはん ・ささみのレモンに ・ナムル ・ワンタンスープ	25 ・ごはん ・にくじゃが ・なっとうサラダ ・にらともやしのみそしる	26 ・ごはん ・ポークビーンズ ・いとかんてんサラダ ・きのこのスープ
29 ・ごはん ・ユーリンチー ・あおなとチーズのあえもの ・わかめスープ	30 ・ごはん ・だいずのしぐれに ・みそドレサラダ ・おやこじる	<p>6/1からの週は、カルシウムが多くかみごたえのある献立にしました。赤飯、大豆、きりぼし大根、凍り豆腐、糸寒天、きのこなどしっかりよくかんで食べましょう。</p>		<h2>今月の旬</h2> <ul style="list-style-type: none"> ・新じゃがいも ・きゅうり ・新たまねぎ ・レタス ・メロン

♪献立表は台所等にはって、家庭での食事づくりの参考にご活用ください。牛乳が毎日出ます。♪都合により献立を変更することがあります。

♪新型コロナウイルス対応のため通常より品数が少ない日があります

ていねいなてあらいで、しんがたコロナウイルスなどのかんせんしょうをふせぎましょう！
あらったあとは、せいけつなしぶんのハンカチでよくふきとってかわかします。

せいけつなしょくじをしよう！

給食当番の衛生子エック

- 白衣のボタンをきちんととめていますか？
- ぼうしの中に髪の毛を入れていませんか？
- マスクを忘れていませんか？
- 手をきれいに洗いましたか？



きれいに手を洗おう！！

