



6がつ こんだてカレンダー



6がつ きゅうしょくもくひょう
えいせいにきをつけてしょくじをしよう



舞鶴市立中舞鶴小学校
《牛乳は毎日つきます》

<p>3(月) </p> <p>ごはん にらいり マーボー豆腐 きりぼしだいこんの ナムル</p> <p></p> <p>＜切干大根のナムル＞ カミカミ食材の切干大根を 使ったナムルです。よくか んで食べましょう。</p>	<p>4(火) </p> <p>ミルクパン イチゴジャム じゃがいもの ピザソースやき ーンスープ</p> <p>＜じゃがいものピザソース焼き＞ 中小全員分で、なんと20キロ グラムじゃがいもを使いま す。</p>	<p>5(水) </p> <p>キムチチャーハン だいずとにぼしの に サタータン</p> <p></p> <p>＜サンラータン＞ 酸味と辛味のきいた中華料理 です。肉や野菜、卵などの具 材が入っています。</p>	<p>6(木) </p> <p>パン とりにくの オレンジソース やさいスープ</p> <p></p> <p>＜とり肉のオレンジソース＞ 給食室でつくるオレンジソ ースは、しょうゆやケチャッ プがかくし味です。</p>	<p>7(金) </p> <p>むぎごはん キーマカレー ふくじんづけ やさいチップス カレーの日</p> <p></p> <p>＜給食試食会＞ 子どもたちの給食時間の様子 や給食室の見学、給食の試食 を予定しています。</p>
<p>10(月) </p> <p>ごはん ぶたにくの しょうがいため ちくわかスープ ヨーグルト</p> <p></p> <p>＜ちくわかスープ＞ ちくわとわかめのスープで す。とうふや卵、えのきだけ も入った具たくさんです。</p>	<p>11(火) </p> <p>こくさんこむぎパン ミートサンド ABCスープ</p> <p>＜ミートサンド＞ ケチャップで味付けしたひき 肉を、パンにはさんで食べま す。</p>	<p>12(水) </p> <p>ごもくごはん こんぶまめ ぶたじる</p> <p></p> <p>＜昆布豆＞ 大豆は「畑の肉」と呼ばれて いるように、豊富なたんぱく 質をふくんでいます。</p>	<p>13(木) </p> <p>こがたパン コーンと そらまめのソテー かやくうどん</p> <p>＜給食チョコボラ＞ 2・4・6年生からボランティ アを募集して、そら豆のさや むきをしてもらいます！</p>	<p>14(金) </p> <p>むぎごはん さばのみそに じゃがいもの そぼろに</p> <p>＜さばのみそ煮＞ 給食の中でも1、2をあらそう 人気の魚メニューです。全校 分を1つの釜で煮ます。</p>
<p>17(月) </p> <p>ごはん いわしのかばやき ゆかりあえ こまつなと あぶらあげのみそしる</p> <p></p> <p>＜いわしのかば焼＞ 舞鶴でとれたいわし いたれがおいしく します。</p>	<p>18(火) </p> <p>こくとうパン ナスとまんがんじの ミートグラタン ウイナーと やさいのスープ</p> <p></p> <p>＜ナスと万願寺のグラタン＞ 舞鶴の特産物、万願寺 甘とうを使った グラタンです。</p>	<p>19(水) </p> <p>チキンライス じゃがいものチーズに はるさめスープ</p> <p>＜じゃがいものチーズ煮＞ チーズとコンソメの塩気がお いしい、人気メニューです。</p>	<p>20(木) </p> <p>パン クリームシチュー フレンチサラダ</p> <p>＜フレンチサラダ＞ 給食では、ドレッシングも手 作りしています。</p>	<p>21(金) </p> <p>むぎごはん カミカミビビンバ トックスープ</p> <p></p> <p>＜カミカミビビンバ＞ 給食のビビンバには、ごぼう やれんこんなど、色々なカミ カミ食材が入っています。</p>
<p>24(月) </p> <p>ごはん ちくわのいそべあげ きんぴらごぼう たまねぎのみそしる</p> <p></p> <p>＜きんぴらごぼう＞ ごぼうは食物繊維をたくさん ふくんだカミカミ食材です。 よくかんで食べましょう。</p>	<p>25(火) </p> <p>あじつけパン カレービーンズ ポパイサラダ</p> <p>＜ポパイサラダ＞ 「ポパイ」とは、アメリカの マンガの主人公にちなんでつ けられた名前です。</p>	<p>26(水) </p> <p>ひじきごはん とりにくの おろしソースがけ すましじる</p> <p></p> <p>＜とり肉のおろしソース＞ 下味をつけて焼いたとり肉 に、さっぱりおろしソースを かけていただきます。</p>	<p>27(木) </p> <p>パン アジフライ・ソース そえやさい ミネストローネ</p> <p></p> <p>＜アジフライ＞ 舞鶴産のアジをフラ マ。パンにはさむと スーパーガーのできめ</p>	<p>29(土) </p> <p>パン セルフドッグ レタスとトマトの スープ</p> <p>＜レタスとトマトのスープ＞ スープに入っているトマト は、給食室でひとつひとつ湯 むきをしています。</p>