



6月もいっつけ表

毎月19日は
食育の日



<p>1日(月)</p>  <p>冷やし中華 サラダ</p>  <p>白ごはん 麻婆豆腐</p> 	<p>2日(火)</p>  <p>ふくらぎの香味揚げ ブロッコリーとすだれ麩のごま和え</p>  <p>チキン カレーライス かみかみ 福神漬け和え</p> 	<p>3日(水)</p>  <p>白ごはん さつま汁</p> 	<p>4日(木)</p>  <p>豆乳プリン</p>  <p>豚肉と野菜の オイスター炒め丼 橋立産わかめの チヨレギサラダ</p> 	<p>5日(金)</p>  <p>メンチカツ ジャーマンポテト</p>  <p>白ごはん 卵とほうれん草の スープ</p> 
<p>8日(月)</p>  <p>かき揚げ 切り干し大根の炒め物</p>  <p>白ごはん すき焼き煮</p> 	<p>9日(火)</p>  <p>タルタルサラダ</p>  <p>ミルクロール スパゲティ ミートソース</p> 	<p>10日(水) 加賀市の 恵味DAY</p>  <p>1人2ケ</p> <p>きびなごのサクサク揚げ きゅうりとひじきのごま酢和え</p>  <p>白ごはん 新じゃがのそぼろ煮</p> 	<p>11日(木)</p>  <p>1人2ケ</p> <p>シュウマイ 春雨のナムル ブルーベリータルト</p>  <p>白ごはん ピリ辛スープ</p> 	<p>12日(金)</p>  <p>ポークハヤシライス ツナとごぼうの サラダ</p> 
<p>15日(月)</p>  <p>酢豚</p>  <p>白ごはん 水ギョウザスープ</p> 	<p>16日(火)</p>  <p>ドライカレー</p>  <p>米粉の クリームスープ</p> 	<p>17日(水)</p>  <p>いわしのおかか 煮 マイルドキムチ7パム</p>  <p>白ごはん スタミナ豚汁</p> 	<p>18日(木)</p>  <p>鶏肉の塩こうじ竜田揚げ ごまツナ和え チーズ</p>  <p>白ごはん 橋立産わかめの かきたま汁</p> 	<p>19日(金)</p>  <p>ハムと卵の サラダ マスカットゼリー</p>  <p>白ごはん トマトスープ煮</p> 
<p>22日(月)</p>  <p>チキンラタトゥイユ ヨーグルト</p>  <p>わかめごはん ポテトスープ</p> 	<p>23日(火)</p>  <p>冷しゃぶサラダ</p>  <p>白ごはん みそちゃんこうどん</p> 	<p>24日(水)</p>  <p>冷凍みかん</p>  <p>そぼろっこり ごはん 鶏肉とかぼちゃの スープ</p> 	<p>25日(木)</p>  <p>照り焼きハンバーグ 切り干し大根のサラダ</p>  <p>白ごはん 沢煮椀</p> 	<p>26日(金)</p>  <p>さばの二色ごは ん かぼちゃ団子の 彩り汁</p> 
<p>29日(月)</p>  <p>あじフライ もやし炒め</p>  <p>ゆかりごはん 豆乳担々スープ</p> 	<p>30日(火)</p>  <p>オムレツ ツナチーズサラダ</p>  <p>ミルクロール ポークビーンズ</p> 	<p>今月の目標</p> <p>よく 噛んで 食べよう</p>	<p>今月は きゅうり</p>  <p>地元のおいしいを発見!! 加賀市の恵味DAY 加賀市でとれる食材を使った給食 の日です。加賀市には、田んぼや 畑はもちろん、海でとれる食材も たくさんあります。「加賀市の恵味DAY」 では1年を通していろいろな食材を 紹介していきます。</p>	