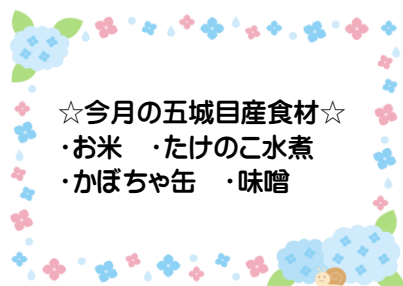


☆ 6月分 給食献立



月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
・ご飯 ・牛乳 ・あじフライ ・ひじきのウインナー炒め ・じゃがいものみそ汁 熱 788kcal た 24.9g	・ご飯 ・牛乳 ・鶏のハニーマスタード焼き ・マヨコーンサラダ ・コンソメスープ ・レモンゼリー 熱 878kcal た 29.8g	・ご飯 ・牛乳 ・豚肉の甘味噌焼き ・磯香和え ・もやしと麩のみそ汁 熱 796kcal た 33.4g	・ご飯 ・牛乳 ・卵焼き(ケチャップソース) ・棒々鶏サラダ ・かぼちゃのスープ 熱 806kcal た 29.1g	・ご飯 ・牛乳 ・鶏の米粉塩から揚げ ・ブロッコリーの ペペロンチーノ ・水菜のスープ 熱 927kcal た 32.5g
10	11	12	13	14
・ご飯 ・牛乳 ・アドボ ・ツナ和え ・大根のみそ汁 熱 830kcal た 41.2g	・ご飯 ・牛乳 ・餃子 ・豚肉と野菜の炒め物 ・卵とほうれん草のスープ 熱 755kcal た 31.4g	・チゲ風うどん ・牛乳 ・ビーンズサラダ ・にんじんと チーズの蒸しパン 熱 842kcal た 33.4g	・ご飯 ・牛乳 ・鮭の黄金焼き ・ひじきソテー ・小松菜のみそ汁 熱 854kcal た 39.8g	・ポークカレー ・ジョア(マスカット) ・ウインナー ・大根サラダ 熱 983kcal た 33.7g
17	18	19	20	21
振替休業日 	振替休業日 	・米粉パン ・牛乳 ・フライドチキン ・カラフルサラダ ・ABCスープ 熱 742kcal た 37.1g	・ご飯 ・牛乳 ・鶏肉のマヨカレー焼き ・コールスローサラダ ・玉ねぎのみそ汁 熱 808kcal た 33.7g	・ガパオ風ライス ・牛乳 ・海藻サラダ ・わかめスープ 熱 810kcal た 31.7g
24	25	26	27	28
・ご飯 ・牛乳 ・シューマイ ・春雨サラダ ・麻婆スープ 熱 948kcal た 38.0g	・ご飯 ・牛乳 ・いわしのオレンジ煮 ・ほうれん草のごま和え ・白菜のみそ汁 熱 687kcal た 29.2g	・コッペパン ・牛乳 ・白身魚のポワレ ・ラトウユ ・ポトフ 熱 752kcal た 35.0g	・ご飯 ・牛乳 ・豚肉のしょうが焼き ・切り干し大根の ツナマヨサラダ ・にらたま汁 熱 923kcal た 37.8g	・チキンカレー ・牛乳 ・三色ナムル ・冷凍みかん 熱 960kcal た 32.9g



☆今月の五城目産食材☆
 ・お米 ・たけのこ水煮
 ・かぼちゃ缶 ・味噌

食べて応援!! パリオリンピック・パラリンピック

7月26日のパリオリンピック開会式にちなみ、6月26日の献立は、フランス料理のポワレ、ラトウユ、ポトフです。ポワレとは、油やバター等で蒸し焼きにする調理法です。ラトウユとは、フランス南部プロバンス地方の郷土料理で、フランス語の「トウイエ(混ぜる)」からきており、かき混ぜながら野菜を煮込む料理です。ポトフは、フランス語で「火にかけた鍋」という意味で、家庭料理の一つです。