



2日(月)		3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金)	
コッペパン ジャーマンポテト	ぎゅうにゅう はくさいスープ	ごはん かんとくに	ぎゅうにゅう ほうれんそうの ソテー	テーブルロール あげめんの やさいあんかけ	ぎゅうにゅう キャベツの ひらつくね	ごはん ぶたキムチ	ぎゅうにゅう トックスープ	ごはん わかさぎの てんぷら	ぎゅうにゅう しめじのみそしる
●じゃがいも ■たまねぎ ▲ベーコン	■はくさい ■たまねぎ ■にんじん ▲とりにく	●じゃがいも ■こんにゃく ▲ごぼうてん ▲ちくわ (たまごぬき) ▲あつあげ ■だいこん	■ほうれんそう ■たまねぎ ▲ウインナー (たまごぬき)	●あげめん ▲ぶたにく ■はくさい ■もやし ■たけのこ ■ほししいたけ ■にんじん・あおねぎ ■つちしょうが ●かたくりこ	▲キャベツの ひらつくね (たまごぬき)	▲ぶたにく ■はくさい ■キムチ ■にんじん ●ごまあぶら やきにくのタレ	▲とりにく ■にんじん ■たまねぎ ▲かまぼこ ■あおねぎ ●トック	▲わかさぎの てんぷら (たまごぬき)	▲れいとうとうふ ■しめじ ■えのきだけ ▲わかめ ■にんじん ■たまねぎ ▲あかみそ ▲しろみそ
エネルギー 524kcal たんぱく質 17.8g	エネルギー 561kcal たんぱく質 19.4g	エネルギー 534kcal たんぱく質 20.9g	エネルギー 550kcal たんぱく質 22.3g	エネルギー 551kcal たんぱく質 19.3g	6月4日~10日は歯と口の健康週間です!				
9日(月)☆		10日(火)		11日(水)		12日(木)☆		13日(金)	
こくとうパン ポテトサラダ	ミニゼリー ぎゅうにゅう ミネストローネ	ごはん とりにくの からあげ	ぎゅうにゅう もずくスープ	ミニパン すきやきうどん	ぎゅうにゅう とうふハンバーグ	ハヤシライス かいそうサラダ	ぎゅうにゅう	ごはん さけのしおやき	ぎゅうにゅう みそ にゅうめんじる
●じゃがいも ■きゅうり ■にんじん ■たまねぎ ▲ツナ ●マヨネーズ (たまごぬき) ●みかんミニゼリー (たまごぬき)	▲とりにく ■たまねぎ ■にんじん ●こめマカロニ ■かぼちゃ ■ピーマン ●しろいんげんまめ ■トマトかん ■トマトケチャップ	▲とりにく ■つちしょうが ●かたくりこ	▲もずく ▲ウインナー (たまごぬき) ■キャベツ ■にんじん ■もやし ■ほししいたけ	●れいとううどん ▲ぶたにく ■はくさい ■にんじん ■しろねぎ ■たまねぎ	▲とうふ ハンバーグ (たまごぬき) ソース	■たまねぎ ■じゃがいも ■にんじん ▲ぎゅうにゅう ■グリーンピース ハヤシライスのもと ■トマトケチャップ	▲わかめ ■コーン ■にんじん ●わふうドレッシング (たまごぬき)	▲さけ しお	●そうめん ■たまねぎ ■にんじん ▲とりにく ■あおねぎ ▲あかみそ ▲しろみそ
エネルギー 605kcal たんぱく質 20.6g	エネルギー 560kcal たんぱく質 21.7g	エネルギー 536kcal たんぱく質 20.8g	エネルギー 572kcal たんぱく質 19.2g	エネルギー 517kcal たんぱく質 28.1g	お弁当の日(10日) 学校給食の日(11日)				
16日(月)☆		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)	
ホットドッグ ビーフンスープ	ぎゅうにゅう	ごはん とりにくの ソテー	ぎゅうにゅう ぶたじる	ミニパン ちゅうかさそば	ぎゅうにゅう だいこんサラダ	ごはん さばのみそに	ぎゅうにゅう さわにわん	むぎごはん わかめのすのもの	ぎゅうにゅう いりどり
▲フランクフルト (たまごぬき) ■キャベツ ■トマトケチャップ	●ビーフ ▲ぶたにく ■にんじん ■たけのこ ■たまねぎ ■ほししいたけ ■あおねぎ	▲とりにく ■たまねぎ ■にんじん ■ニンニク ■トマトかん	▲ぶたにく ■ささきごぼう ▲れいとうとうふ ●じゃがいも ■こんにゃく ■にんじん ■あおねぎ ▲あかみそ ▲しろみそ	●れいとうちゅうかめん ▲ぶたにく ■はくさい ■もやし ■ほししいたけ ■にんじん ■あおねぎ	■だいこん ■きゅうり ■にんじん ▲ツナ ●マヨネーズ (たまごぬき)	▲さば ▲あかみそ ▲しろみそ ■つちしょうが	▲ぶたにく ▲かまぼこ ■ささきごぼう ■にんじん ■たけのこ ■ほししいたけ ■あおねぎ	●ごはん ●おしむぎ ▲わかめ ■きゅうり ▲ハム(たまごぬき) ▲ちりめんじゃこ (ただおかぎょうこ)	▲とりにく ■ごぼう ■こんにゃく ■たけのこ ■にんじん ▲ちくわ (たまごぬき)
エネルギー 573kcal たんぱく質 22.0g	エネルギー 538kcal たんぱく質 21.5g	エネルギー 513kcal たんぱく質 19.7g	エネルギー 521kcal たんぱく質 25.3g	エネルギー 664kcal たんぱく質 28.5g	★カマカムメニュー				
23日(月)☆		24日(火)		25日(水)☆		26日(木)		27日(金)	
コッペパン チリコンカン	ぎゅうにゅう ちゅうかさスープ	ツナピラフ ハムステーキ	ぎゅうにゅう すましじる	ミニパン ナポリタン	ぎゅうにゅう フルーツポンチ	ごはん やさしいため	ぎゅうにゅう チンゲンサイの スープ	ごはん ひじきの ようふうに	ぎゅうにゅう かすじる
▲ぶたにく ■ニンニク ■たまねぎ ●しろいんげんまめ ■トマトケチャップ とんかつソース	▲とりにく ■はくさい ■にんじん ■もやし ■ニラ	●アルファかまい ●アルファかもちこめ ▲ツナ ■たまねぎ ■にんじん ■コーン ▲ハムステーキ (たまごぬき)	▲れいとうとうふ ▲かまぼこ ■えのきだけ ■たまねぎ ■にんじん ■あおねぎ	●スバグティ ▲ウインナー (たまごぬき) ■たまねぎ ■にんじん ■ピーマン ■トマトケチャップ ■トマトピューレ	■みかんかんづめ ■ももかんづめ ■かんてんかんづめ	▲ぶたにく ■キャベツ ■にんじん ■たまねぎ ■ニラ	■チンゲンサイ ▲とりにく ■にんじん ■たまねぎ ■えのきだけ ■もやし	▲ひじき ■にんじん ■コーン ▲ベーコン	▲ぶたにく ■にんじん ■だいこん ■こんにゃく ▲ちくわ(たまごぬき) ▲あぶらあげ ■あおねぎ ▲あかみそ・しろみそ ●さけかす
エネルギー 515kcal たんぱく質 22.8g	エネルギー 610kcal たんぱく質 25.5g	エネルギー 592kcal たんぱく質 19.7g	エネルギー 549kcal たんぱく質 18.9g	エネルギー 535kcal たんぱく質 20.0g	★カマカムメニュー				
30日(月)☆		<p>< 3色の食品群 ></p> <ul style="list-style-type: none"> ● … 熱や力のもとになる食べもの (黄色の食品) ▲ … 筋肉・血液・骨・歯をつくる食べ物 (赤色の食品) ■ … 体の調子をととのえる食べ物 (緑色の食品) <p>★今月のカマカムメニュー</p> <p>20日(金) むぎごはん わかめのすのもの いりどり</p>							
あげパン ケチャップ ハンバーグ	ぎゅうにゅう やさいスープ	<p>6月は食育月間です!</p> <p>朝ごはんを食べよう</p> <p>体温</p>							
●ミニパン ●さとう	■キャベツ ■たまねぎ ▲ウインナー (たまごぬき) ■にんじん ■コーン ■セロリ	<p>材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますので ご了承ください。</p> <p>☆(日付の横) … 食器のふき取りにご協力ください。</p>							
エネルギー 583kcal たんぱく質 20.0g									