



6月献立表



《給食目標》 6月：よくかんで食べよう

豊岡市立出石学校給食センター

月	火	水	木	金
2 コウノトリ米ごはん 牛乳 さわらのガーリックパン粉焼き カラフルマリネ クリームシチュー	3 コウノトリ米ごはん 牛乳 蒸しシューマイ 中華サラダ 八宝菜	4 コウノトリ米ごはん 牛乳 あじの南蛮漬け 五目きんぴら 豆腐のみそ汁	5 玄米ごはん 牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き つぼ漬けあえ じゃがいものカレーそぼろ煮	6 コウノトリ米ごはん 牛乳 実えんどうのさつま揚げ こんにゃくの青じそサラダ 豚汁
9 コウノトリ米ごはん 牛乳 はんぺんのツナマヨ焼き 炒りどり 茎わかめのみそ汁	10 コウノトリ米ごはん 牛乳 ポテトとお米のささみカツ ひじきサラダ ポークビーンズ	11 入梅献立 梅ごはん 牛乳 いわしの梅酒煮 もやしのごまあえ 貝だくさん汁	12 コウノトリ米ごはん 牛乳 春巻き キムチ炒め ニラ玉スープ	13 コウノトリ米ごはん 牛乳 さばの漬け焼き 野菜のこんぶあえ ばち汁
16 コウノトリ米ごはん 牛乳 キャベツつくねのお好みソース ごま酢あえ 玉ねぎのみそ汁	17 コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き ツナポテト もずくのすまし汁	18 出石特別支援リクエスト 洋風炊き込みごはん 牛乳 にぎすのカレーから揚げ ハムサラダ ABCスープ	19 コウノトリ米ごはん 牛乳 ねぎ塩チキン ビーフン炒め チンゲン菜のスープ	20 コウノトリ米ごはん 牛乳 魚のカラフルソース焼き 野菜のゆずあえ 肉団子のトマト煮
23 合橋小リクエスト わかめごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ キムチスープ	24 コウノトリ米ごはん 牛乳 オムレツ なすのペンネ キャベツのスープ	25 コウノトリ米ごはん 牛乳 かぼちゃコロッケ こまつなサラダ みそワタンスープ	26 ふるさと献立 コウノトリ米ごはん 牛乳 焼きカレー キャベツのゆかりあえ 高野豆腐のうま煮	27 コウノトリ米麦ごはん ジョア お豆のごまドレサラダ ハッシュドポーク 冷凍みかん 1食ごまドレッシング
30 コウノトリ米ごはん 牛乳 いわしのアングレーズ 海藻サラダ 冬瓜のスープ				

歯と口の健康週間

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です！



しょうか きゅうりゅう
消化・吸収をよくする！



きまぐりよく たか
記憶力を高める！



はなは はっせい
歯並びや発声がよくなる！

よくかむと、体にいい
ことがいっぱい！