

# 6月(第3週目)の給食

## 6月13日(月)

麦ごはん  
照り焼きチキン  
ツナサラダ  
アシドミルク

- 血や肉をつくる  
鶏肉・ツナ缶・アシドミルク
- 熱や力の素になる  
精白米・押麦・砂糖・片栗粉  
植物油・マヨネーズ
- 体の調子を整える  
生姜・キャベツ・人参・コーン



## 6月14日(火)

麦ごはん  
鮭の幽庵焼き  
はんぺんサラダ  
牛乳

- 血や肉をつくる  
鮭・はんぺん・牛乳
- 熱や力の素になる  
精白米・押麦・マヨネーズ・白ごま
- 体の調子を整える  
レモン果汁・キャベツ  
人参・きゅうり



## 6月15日(水)

6月誕生会  
わかめごはん  
鶏肉のカレー竜田揚げ  
コーンサラダ  
ももゼリー

- 血や肉をつくる  
わかめ・海苔・鶏肉・ももゼリー
- 熱や力になる  
精白米・押麦・片栗粉・植物油  
砂糖
- 体の調子を整える  
生姜・コーン・キャベツ  
きゅうり・人参



## 6月16日(木)

ハヤシライス  
味噌ドレッシングサラダ  
アシドミルク

- 血や肉をつくる  
豚肉・味噌・ロースハム  
アシドミルク
- 熱や力の素になる  
精白米・植物油・薄力粉・砂糖
- 体の調子を整える  
人参・マッシュルーム・玉葱  
キャベツ・もやし・きゅうり



## 6月17日(金)

じゃこと菜っ葉の混ぜごはん  
鳴門煮  
味噌汁  
ソフトチーズ

- 血や肉をつくる  
しらす干し・牛肉  
厚揚げ・ソフトチーズ
- 熱や力になる  
精白米・ごま油・植物油  
砂糖・味噌
- 体の調子を整える  
人参・小松菜・じゃがいも・玉葱  
こんにゃく・いんげん・生姜・えのき

