

6月(第5週目)の給食

6月27日(月)

カレーライス
じゃこサラダ
アシドミルク

- 血や肉をつくる
豚肉・しらす干し
アシドミルク
- 熱や力の素になる
精白米・植物油・じゃがいも
砂糖・ごま油
- 体の調子を整える
人参・玉葱・りんご
キャベツ・きゅうり



6月28日(火)

麦ごはん
鶏肉のマーマレード焼き
カニカマとほうれん草のサラダ
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏肉・カニカマ・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・マーマレード
マヨネーズ
- 体の調子を整える
ほうれん草・コーン



6月29日(水)

ミートソーススパゲッティ
コールスロー
いりこ
アシドミルク

- 血や肉をつくる
合挽き肉・いりこ・アシドミルク
- 熱や力になる
スパゲッティ・植物油・砂糖
パン粉・マヨネーズ
- 体の調子を整える
人参・玉葱・キャベツ
コーン



6月30日(木)

麦ごはん
魚のかば焼き風
もやしと小松菜の和え物
牛乳

- 血や肉をつくる
メルルーサ・米味噌
しらす干し・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・植物油
砂糖・片栗粉
- 体の調子を整える
生姜・もやし・小松菜
人参



7月1日(金)

麦ごはん
豚肉と厚揚げの甘辛炒め
ほうれん草のおかか和え
アシドミルク

- 血や肉をつくる
豚肉・厚揚げ・アシドミルク
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・ごま油
- 体の調子を整える
小葱・玉葱・人参・生姜
ほうれん草・えのき

