

6月(第4週目)の給食

6月24日(月)

- ・ドライカレー
- ・フレンチサラダ
- ・牛乳



- 血や肉をつくる●
合いびきミンチ・牛乳

- 熱や力の素になる●
金芽米・植物油・砂糖

- 体の調子を整える●
玉ねぎ・人参・ピーマン・トマト
キャベツ・きゅうり・コーン

6月25日(火)

- ・ごはん
- ・魚のかば焼き風
- ・春雨の酢の物
- ・具たくさんみそ汁



- 血や肉をつくる●
メルルーサ・みそ・いりこ

- 熱や力の素になる●
金芽米・片栗粉・植物油・砂糖
春雨・ごま油・じゃがいも

- 体の調子を整える●
きゅうり・人参・玉ねぎ・なす

6月26日(水)

- ・ごはん
- ・春雨とピーマンの
炒め煮
- ・じゃがいもとツナの
サラダ
- ・アシドミルク



- 血や肉をつくる●
豚ミンチ・みそ・ツナ
アシドミルク

- 熱や力の素になる●
金芽米・春雨・砂糖・ごま油
じゃがいも・マヨネーズ

- 体の調子を整える●
ピーマン・人参・生姜・にんにく
玉ねぎ

6月27日(木)

- ・中華風そぼろ
あんかけ丼
- ・ツナサラダ
- ・いりこ
- ・牛乳



- 血や肉をつくる●
合いびきミンチ・豆腐・ツナ
牛乳・いりこ

- 熱や力の素になる●
金芽米・植物油・三温糖
片栗粉・マヨネーズ

- 体の調子を整える●
玉ねぎ・人参・干し椎茸・ねぎ
キャベツ・ピーマン・コーン

6月28日(金)

- ・ごはん
- ・冬瓜のカレーそぼろ煮
- ・きゅうりの中華和え
- ・アシドミルク



- 血や肉をつくる●
鶏ミンチ・かつお節・アシドミルク

- 熱や力の素になる●
金芽米・三温糖・片栗粉
植物油・ごま・ごま油

- 体の調子を整える●
とうがん・人参・きゅうり