



給食目標:よくかんで食べよう!

今月の出雲食材

米、米粉、牛乳、たまねぎ、じゃがいも、小松菜、ほうれんそう、しいたけ、ピーマン、キャベツ、トマト、ミニトマト、ねぎ、デラウエア、レタス、たけのこ、きゅうり、チンゲンサイ、水菜、なす

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|--|---|---|
| 3 ごはん 牛乳 わかどり あます 若鶏の甘酢あんかけ もみのりあえ じゃがいものみぞ汁 | 4 歯の衛生週間献立 ドライカレー 牛乳 じゃこと野菜のサラダ コンソメスープ 歯の衛生週間ゼリー | 5 ミニチーズパン 牛乳 スパゲティナポリタン しろみぎかな こうそう 白身魚の香草フライ りっちゃんの元気サラダ | 6 ごはん 牛乳 ショーロンポー (2ヶ) ひじきのナムル マーボー豆腐 | 7 黒糖パン 牛乳 パンネのミートソース焼き ツナとレタスのサラダ キャベツのスープ |
| | | | | |
| いづも給食week 出雲産～ | | | | |
| 10 ごはん 牛乳 生干しカレーのピリ辛ソースかけ チンゲン菜のおひたし ぶた汁 ミニトマト (2ヶ) | 11 ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き 中華あえ のやきのみぞ汁 | 12 おむすび 牛乳 たまごうどん あじ香草フライ 水菜のサラダ | 13 ごはん 牛乳 さごしの白みそかけ ポテトサラダ 出雲しいたけのすまし汁 | 14 おいしい出雲の一日 パンブキンパン 牛乳 島根ポークの無花果ソースかけ カラフルサラダ じゃがいもスープ デラウエア |
| | | | | |
| 17 ごはん 牛乳 ししゃものからあげ (2ヶ) まめまめサラダ 小松菜のみぞ汁 | 18 ごはん 牛乳 アジの南蛮づけ じゃがいものそぼろ煮 ふのみぞ汁 | 19 しょうゆラーメン 牛乳 パリパリ香巻き パンサンサー バナナ | 20 ごはん 牛乳 豚肉のおいしいみそ炒め マヨネーズあえ 湯葉のおすまし | 21 パン ブルーベリージャム 牛乳 鮭のレモン焼き グリーンサラダ ミネストローネ |
| | | | | |
| 24 ごはん 牛乳 はんぺんのチーズ天 いんげんのごまマヨあえ もずくいりかきたま汁 | 25 夏野菜カレー 牛乳 ゆでたまご あお 青じそドレッシングサラダ | 26 クリームスパゲティ 牛乳 ミンチカツ えだまめサラダ オレンジ | 27 わかめごはん 牛乳 さごしのみそフライ 三色あえ そうめんのおすまし | 28 マヨネーズパン 牛乳 米粉のほうれん草グラタン レタスのサラダ 野菜スープ |
| | | | | |

※給食月間の取組として、6月10日～14日を『給食week』とし、出雲産の野菜・果物を多く使います。



いろいろな乳製品



6月1日は
牛乳の日

