

# 6がつ こんだてひょう



舞鶴市立中筋小学校  
平成30年5月30日

6月の給食目標

「衛生に気をつけよう！」

年 組 のめあて

～衛生とは？～

健康でいられるように  
すること。  
病気の予防をすること。



## 給食当番の心得

学級みんなの給食を運んだり、配ったりします。  
エプロン、ぼうし、マスクをきちんと身につけ、  
しっかり手洗いをしましょう。



## 後片付けも大切！

食べかすが残っていると、菌が増える原因になります。給食の後は、  
時間を守って食器を返し、きちんと掃除をしましょう。



1日(金)
パン ぎゅうにゅう じゃがいものピザソースやき コーンたまごスープ ほくほくのじゃがいもにピザ風味 のソースをかけて焼きます！  (6年生は修学旅行です)

4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとごぼうのきんぴら たまねぎのみそしる 6月4日は虫歯予防デー。 よくかむことでた液がたくさん出て 歯の掃除もできます。しっかり かんで食べましょう。	こまつなとじゃこのチャーハン ぎゅうにゅう じゃがいものチーズに はるさめスープ じゃがいものチーズ煮は、 温かいポテトサラダのような おかずです。チャーハンはカル シウムたっぷりの具入りです。	こくとうパン ぎゅうにゅう クリームシチュー フルーツサラダ みかんとパイナップルの缶詰が 入ったサラダは甘酸っぱくて 暑い季節にぴったりです。	むぎごはん んぎゅうにゅう サバのみそに しんじゃがのうまに ゆかりふりかけ 【地場産物の日】 サバ 外国産のサバよりも さっぱりした味わい です。	ココアあげパン ぎゅうにゅう コーンサラダ レタスとトマトのスープ 今月の揚げパンは、ココア味です。 甘くて大人気の献立です！ 牛乳とも相性がよいので、 牛乳も残さず飲みましょう。
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
ハヤシライス ぎゅうにゅう アスパラソテー	キムチチャーハン ぎゅうにゅう だいずとにぼしのあげに わかめスープ	こくさんこむぎパン ぎゅうにゅう とりにくのオレンジソース やさいスープ	ぎょうざどん ぎゅうにゅう サンラータン ぎょうざどんとは…	こがたパン んぎゅうにゅう かやくうどん ごまあえ いちごジャム
グリーンアスパラガス、コーン、 キャベツ、ベーコンをバターで 炒めたおかずは、彩がきれいで 見ているだけで食欲アップ！	大豆と煮干しをカリッと揚げて、 甘辛いたれをからめたおかず。 かめばかむほどおいしいカミカミ 献立です。(4年生はお弁当です)	オレンジマーメレードを使った フルーティーなソースで、 揚げたとり肉をからめます。 どんな味がするかお楽しみに！	市内の6年生の家庭科の夏休み の宿題から生まれた献立です。 野菜嫌いでもしっかり野菜が 食べられるようになっています。	にぼし煮干しでとっただしがおいしい うどん、とり肉、かまぼこ、油揚げ、 にんじん、ねぎが入っています。 だしも飲み干してね！
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
ポークカレー ぎゅうにゅう バインサラダ ふくじんづけ 暑いときに元気が出るビタミン たっぷりのぶた肉が入ったカレー。 暑い夏を元気に過ごしましょう！	ぎゅうにくとごぼうの まぜごはん ぎゅうにゅう こんぶまめ すましじる	あじつけパン ぎゅうにゅう さかなのこうそうばんこやき ウインナーとやさいのスープ パセリとバジルのいい香りを つけて、バターで炒ったパン粉を 乗せてオープンで焼きます。 隠し味は…マヨネーズです！	わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃが あまずあえ わかめごはんのわかめは、 一クラスずつ調理員さんが混ぜて くださいます。塩味がきいていま すね。(5年生はお弁当です)	パン ぎゅうにゅう カレーピーズ ポパイサラダ ほうれん草たっぷりのポパイサラダ は、アーモンドが入ったカミカミ 献立です。 <b>金曜日はカレーの日</b>
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
ごはん んぎゅうにゅう イワシのかばやき こまつなと あぶらあげのみそしる 【地場産物の日】 イワシ カリッと揚げて 甘辛いたれを からめます！	ドライカレー ぎゅうにゅう かんばんようサラダ たまごスープ かんばんようはウリの仲間「ユウ ガオ」という植物からできています。 乾燥させて売っているので、 みずもと水で戻して調理します。	ミルクパン んぎゅうにゅう なすとまんがんにあまとうの ミートグラタン コーンスープ まんがんにあまとうは、万願寺地区 はっしょうゆめい やさい 発祥の有名な野菜です。校区の 農家の方に万願寺あまとうとトマト を持ってきていただく予定です。	むぎごはん ぎゅうにゅう にらりマーボー豆腐 きりぼしだいこんのナムル 切り干し大根のシャキシャキした 歯ざわりを楽しんで、よくかんで 食べましょう。	カツサンド ぎゅうにゅう ミネストローネ とんかつとキャベツをパンに はさんで、ソースをかけて 食べましょう！