

6月 給食だより

月	火	水	木	金
<p>6月4日~10日「歯と口の健康週間」</p> <p>よくかんで食べるコツ.....</p> <p>★どんな味がするか意識しながら食べる</p> <p>★食べ物のみこもうと 思ってから、さらに 10回かむようにする</p> <p>1234...10</p>				
<p>6</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>糸かまぼこの中華スープ</p> <p>サバのみそ煮</p> <p>きりぼしだいこん切干大根のサラダ</p>	<p>7 カミカミ</p> <p>げんまいい玄米入りごはん、牛乳</p> <p>だいこん大根のみそ汁</p> <p>とりく鶏肉のごまマヨ焼き</p> <p>ごぼうの甘辛炒め</p>	<p>8 カミカミ</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>さつま汁</p> <p>するめのかき揚げ</p> <p>茎わかめのきんぴら</p>	<p>9</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>ほうれん草オムレツ</p> <p>アーモンドあえ</p> <p>チーズタルト</p>	<p>10 カミカミ</p> <p>カミカミカレー</p> <p>むぎ麦ごはん、牛乳</p> <p>イカリングフライ (2・3)</p> <p>ブロッコリーのサラダ</p>
<p>← 歯と口の健康週間 →</p>				
<p>13</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>いなかじる田舎汁</p> <p>ニギスの梅ソース</p> <p>ちぐさ干草あえ</p> <p>(チーズタルト※)</p>	<p>14</p> <p>たじまぎゅう但馬牛ビビンバ</p> <p>(白ごはん)、牛乳</p> <p>わかめスープ</p> <p>チヂミ</p> <p>さくらんぼゼリー</p> <p>「もおう〜と食べよう但馬牛」</p> <p>《地元産但馬牛肉普及事業》</p>	<p>15</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>やさい野菜たっぷりコーンスープ</p> <p>あわじしまたま淡路島玉ねぎコロッケ</p> <p>だいず大豆のしそサラダ</p>	<p>16</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>あげと豆腐のすまし汁</p> <p>とりく鶏肉のネギみそ焼き</p> <p>あおな青菜のおかかあえ</p>	<p>17</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>ぶた豚じゃが</p> <p>やま山ガレイのから揚げ</p> <p>きゃべつと昆布のサラダ</p> <p>ととひ魚の日</p> <p>《香美町魚食普及事業》</p>
<p>20</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>おやこに親子煮</p> <p>はんぺんフライ</p> <p>もやしのナムル</p>	<p>21</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>とんじる豚汁</p> <p>つくねのお好み焼き風</p> <p>ごまあえ</p>	<p>22</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>きのこのすまし汁</p> <p>さわらの塩こうじ焼き</p> <p>スタミナサラダ</p>	<p>23</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>わふう和風キムチスープ</p> <p>とんかつ</p> <p>1食ソース</p> <p>ひじきスパゲッティ</p>	<p>24</p> <p>トマトたっぷりハヤシライス</p> <p>ぎゅうにゅう牛乳</p> <p>ゆでたまご</p> <p>かんてん寒天サラダ</p>
<p>27</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>ちゅうかにくだんご中華肉団子スープ</p> <p>アジフライ</p> <p>バンバンジー風サラダ</p>	<p>28</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>あぶたま汁</p> <p>とりくかんこくふう鶏肉の韓国風</p> <p>ピーマンと春雨の炒め物</p>	<p>29</p> <p>あげパン、牛乳</p> <p>コンソメスープ</p> <p>ツナ枝豆サラダ</p> <p>オレンジ</p>	<p>30</p> <p>ごはん、牛乳</p> <p>なすのみそ汁</p> <p>クーブイリチー</p> <p>きゅうりとじゃこのピリ辛あえ</p>	<p>毎年6月は食育月間</p> <p>毎月19日は食育の日</p> <p>こんだてについては裏面をご覧ください。</p>

★ジオンくんがついている日は、香美町の魚や肉を使っている日です。

★カミカミのついた日は、よくかんで食べましょう。

※13日のチーズタルトは、柴山小、佐津小、奥佐津小、長井小、余部小の5年生のみです(9日が自然学校で欠食のため)。