



給食だより

月	火	水	木	金	
<p>ジオンくんがついてい る日は、町内産の魚 やイカ、但馬牛肉を 使っています。</p> 		<p>6月は食育月間です 毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育 の日」と定められています。食育は、生きる上 での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるも のです。生涯にわたって健康に過ごすために、 「食」について学んでいきましょう。</p>		<p>1 ごはん、牛乳 豚肉と玉ねぎの生姜炒め 枝豆サラダ なめこ汁</p>	<p>2 ごはん、牛乳 イワシのみりん干し焼き 小松菜のごまあえ 高野豆腐の卵とじ</p> 
<p>5 カミカミ ごはん、牛乳 サバのみそ煮 きんぴら 県産もち麦めんの汁</p>	<p>6 カミカミ ごはん、牛乳 かぼちゃひき肉フライ イカとひじきのマリネ 具だくさんみそ汁</p>	<p>7 ごはん、牛乳 サワラのアーモンド焼き 茎わかめのサラダ 豆乳スープ</p>	<p>8 カミカミ ごはん、牛乳 鶏肉と大豆の揚げ煮 きゅうりのピリカラ おかひじきと卵のスープ</p>	<p>9 そら豆チキンカレー 牛乳 ゆばサラダ メロン</p> 	
<p>歯と口の健康週間</p>					
<p>12 梅しらすごはん、牛乳 オムレツのきのこソース はりはりづけ キャベツのスープ煮 あじさいゼリー 入梅こんだて</p>	<p>13 ごはん、牛乳 ニギスのカレー南蛮 厚揚げのみそ炒め もずくのスープ</p> 	<p>14 ごはん、牛乳 イカリングフライ(2・3) 海藻サラダ ポークビーンズ あじさいゼリー(香住小)</p> 	<p>15 ごはん、牛乳 ハンバーグの和風あん キャベツの昆布マヨ ちゃんこ汁</p>	<p>16 ひじきごはん、牛乳 イワシのかばやき きゅうりと玉ねぎの酢のもの 田舎汁</p> 	
<p>19 ごはん、牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き シーフードサラダ ミネストローネ</p>	<p>20 ごはん、牛乳 揚げカレイのレモン味 春雨の炒め物 鶏じゃが 魚の日 《香美町魚食普及事業》</p> 	<p>21 ごはん、牛乳 ねぎ入り玉子焼き かぼちーサラダ 和風キムチスープ</p>	<p>22 ごはん、牛乳 とり天 こんにゃくサラダ 石狩汁</p>	<p>23 但馬牛ハヤシライス 牛乳 にんじんラペ 河内晩柑 「もおう〜っと食べよう但馬牛」 《地元産但馬牛肉普及事業》</p>  	
<p>26 ごはん、牛乳 卵のミートカップ ごまあえ みそワタンスープ</p> 	<p>27 麦ごはん、牛乳 ギョーザの酢じょうゆ フルーツ杏仁 八宝菜</p>	<p>28 ごはん、牛乳 豚肉のスタミナ炒め 青菜とじゃこの和え物 呉汁</p>	<p>29 ごはん、牛乳 鶏肉のピカタ 夏野菜のラトウユ ポトフ風スープ 冷凍パイ</p>	<p>30 たこめし、牛乳 ハタハタのから揚げ ピーマンサラダ 大根と豚肉の煮物 半夏生こんだて</p> 	

★カミカミの日はよくかんで食べる献立です。

★都合により、献立を変更することがあります。