

# 6月よていこんだて



●卵 ◆乳製品 ◇えび \*バラ科の果物 ★アレルギー対応可能献立

※牛乳は毎日つきます。※小麦、昆布・しらすぼし・貝類には小さなえびがついていることがあります。

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
<p>資生館小・山鼻小 振替休業日</p>	<p>◆小松菜ピラフ ★●高野豆腐フライ *フルーツミックス</p>	<p>●◇かき揚げ丼 みそ汁 しょうが和え</p>	<p>●◆ツイストパン ◆ほうれん草のクリーム煮 厚揚げサラダ パン缶</p>	<p>ごはん マーボー豆腐 ししゃものから揚げ おひたし</p>
	<p>胚芽米 大麦 パーコン 人参 玉ねぎ にんにく コーン 小松菜/高野豆腐 小麦粉 卵 すりごま しいたけ パン粉 油/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 洋梨缶</p>	<p>精白米 えび あさり 桜えび 玉ねぎ 人参 春菊 ごぼう 切干大根 ひじき 小麦粉 卵 油 /豆腐 わかめ 長ねぎ みそ/小松菜 白菜 しょうが/</p>	<p>ツイストパン 卵 脱脂粉乳/パーコン ほうれん草 マカロニ 人参 玉ねぎ マッシュルーム 小麦粉 パター 油 チーズ 牛乳 豆乳 スキムミルク /厚揚げ キャベツ きゅうり 人参 しいごま/パン缶/</p>	<p>精白米/豆腐 豚肉 人参 長ねぎ 干しいたけ しょうが にんにく みそ 油/子持ちから揚げししゃも 小麦粉 でん粉 油/ほうれん草 白菜 かつおぶし/</p>
<p>8日</p>	<p>9日</p>	<p>10日</p>	<p>11日</p>	<p>12日</p>
<p>塩ラーメン フレンチポテト メロン</p>	<p>◆コーンピラフ ◆野菜コロケ *黄桃缶</p>	<p>ごはん けんちん汁 揚げ鯛ハンバーグ のりの佃煮</p>	<p>●◆横割りパンズ ◆コーンポタージュ レバー入りハンバーグ (ケチャップソース) ミニトマト</p>	<p>カオ・ラートナー・ガイ チンゲン菜のスープ パン缶</p>
<p>ワタメ 豚肉 ママ つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草 わかめ/じゃがいも 油/メロン/</p>	<p>胚芽米 大麦 パーコン 玉ねぎ 人参 コーン マッシュルーム パセリ パター/じゃがいも 豚肉 玉ねぎ コーン 人参 グリッピース スキムミルク すりごま 小麦粉 パン粉 油/黄桃缶/</p>	<p>精白米/鶏肉 豆腐 つきこんにやく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ みそ/玉ねぎ 人参 長ねぎ 魚肉すり身 でん粉 鯛 みそ しょうが マッシュポテト/のり ひじき 水あめ/</p>	<p>横割りパンズ 卵 脱脂粉乳/コーン パーコン じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 油 小麦粉 パター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ/牛肉 豚肉 豚レバー 玉ねぎ でん粉/ミニトマト/</p>	<p>精白米 鶏肉 小麦粉 でん粉 玉ねぎ ビーマン 小麦粉 油/パーコン チンゲン菜 春雨 コーン/パン缶/</p>
<p>15日</p>	<p>16日</p>	<p>17日</p>	<p>18日</p>	<p>19日</p>
<p>五目うどん ◆バターポテト 冷凍みかん</p>	<p>たきこみいなり ★●ほっけフライ からし和え</p>	<p>和風そばろごはん みそ汁 ★●さつまいもの天ぷら</p>	<p>●◆ロールパン ポークシチュー 小松菜とコーンのサラダ *洋梨缶</p>	<p>ごはん 豆腐のオイスターソース煮 鯛のかりかりフライ ごま和え</p>
<p>ワタめん 鶏肉 油揚げ つと 人参 ほうれん草 ごぼう 長ねぎ 干しいたけ たもぎたけ/じゃがいも パター スキムミルク 牛乳/冷凍みかん/</p>	<p>胚芽米 大麦 油揚げ 人参 しいたけ ひじき しいごま のり/ほっけ 小麦粉 卵 パン粉 油 /ハム 小松菜 キャベツ/</p>	<p>精白米 鶏肉 豆腐 干しいたけ ひじき ごぼう 人参 しいごま みそ/キャベツ 油揚げ しょうが/さつまいも 小麦粉 卵 油/</p>	<p>ロールパン 卵 脱脂粉乳/豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト缶 にんにく 小麦粉 パター 油/小松菜 コーン しいごま/洋梨缶/</p>	<p>精白米/豆腐 豚肉 ビーマン 玉ねぎ 長ねぎ しょうが にんにく 油 /まいわし とうもろこし じゃがいも しょうが でん粉 米粉パン粉 油/小松菜 もやし すりごま/</p>
<p>22日</p>	<p>23日</p>	<p>24日</p>	<p>25日</p>	<p>26日</p>
<p>冷麦 ごまポテト すいか</p>	<p>鶏ごぼうごはん みそ汁 ◆かぼちゃチーズフライ</p>	<p>カレーライス 大根サラダ</p>	<p>●◆角食 ワンタンスープ ★●◆白身魚のハーブフライ ◆きなこクリーム</p>	<p>タコライス ワカメスープ 沖縄パインゼリー</p>
<p>ワタ冷麦 油揚げ 干しいたけ つと きゅうり 長ねぎ/じゃがいも すりごま 油/すいか/</p>	<p>胚芽米 大麦 鶏肉 焼き豆腐 しょうが ごぼう 人参 油揚げ ごま油/小松菜 玉ねぎ たもぎたけ みそ/かぼちゃ チーズ パン粉 牛乳 マーガリン 小麦粉 大豆たん白 油/</p>	<p>精白米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ-りんご しょうが にんにく/グリッピース 小麦粉 油/大根 まぐろ水煮 きゅうり 人参 しいごま/</p>	<p>角食 卵 脱脂粉乳/ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ しょうが にんにく/たら にんにく パセリ バジル 卵 粉チーズ 小麦粉 パン粉 油/豆乳 きな粉 コーンスターチ パター/</p>	<p>精白米 豚肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく コーン レタス トマト缶/わかめ 豆腐 しいたけ 長ねぎ しいごま/パインジュース パイン 寒天/ パター/</p>
<p>29日</p>	<p>30日</p>	<p>7月1日</p>	<p>7月2日</p>	<p>7月3日</p>
<p>冷やしラーメン 十勝大豆コロケ *さくらんぼ</p>	<p>しいご菜めし みそ汁 メンチカツ</p>	<p>ごはん スンドゥブチゲ ひじき入りぎょうざ ナムル</p>	<p>●◆黒コッペパン ◆あさりのチャウダー コールスローサラダ *プラム</p>	<p>とり天丼(てんつゆ) みそ汁 磯和え</p>
<p>ワタ冷麦 ハム もやし きゅうり コーン 人参 しいごま/じゃがいも 大豆 玉ねぎ マッシュポテト 小麦粉 パン粉 油/さくらんぼ/</p>	<p>胚芽米 大麦 しらす干しいごま 小松菜/豆腐 なめこ 長ねぎ みそ/豚肉 パン粉 玉ねぎ 小麦粉 大豆たんぱく でん粉 油/</p>	<p>精白米/豆腐 豚肉 あさり 人参 玉ねぎ えのき たら ごま油/キャベツ 豚肉 ひじき 豚脂 鶏肉 長ねぎ でん粉 しょうが ほたて エキス かきエキスを小麦粉 油/ほうれん草 もやし 人参 しいごま/</p>	<p>黒コッペパン 卵 脱脂粉乳/あさり パーコン じゃがいも 玉ねぎ 人参 パセリ 油 小麦粉 パター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ/キャベツ 人参 コーン/プラム/</p>	<p>精白米 鶏肉 しょうが にんにく 小麦粉 卵 でん粉 油/じゃがいも わかめ 玉ねぎ みそ/小松菜 もやし のり/</p>

## <もっと野菜を好きになろう>~6月は札幌産小松菜月間です

・日本全国で収穫されている「小松菜」。関東産の小松菜の旬は主に冬ですが、北海道では春から秋にかけて、多く収穫されます。6月の給食には、札幌産の新鮮な小松菜が届く予定です。札幌の小松菜は今が旬です。価格も安く、新鮮でおいしい地元の野菜を、給食でぜひ、味わってほしいと思います。(今年度も旬の北海道産野菜を給食に取り入れます。)

