



6月こんだてひょう



令和3年度

港区立白金小学校

月	火 1日	水 2日	木 3日	金 4日
	ごはん ぎゅうにゅう さけのマスタードやき こまつなのあえもの みそしる あまなつみかん I補給 - 598 kcal	こくさんこむぎのにしょくトースト (セサミ・ガーリック) ぎゅうにゅう ポークシチュー アスパラガスのサラダ I補給 - 683 kcal	ごはん ぎゅうにゅう さかなとやさいのごしきに そくせきづけ かきたまじる I補給 - 640 kcal	やまさかたっしやめし ぎゅうにゅう きびなごのからあげ なめこじる おひたし 6月4~10日歯と口の健康週間 I補給 - 637 kcal
	7日	8日	9日	10日
ごはん ぎゅうにゅう きんぴらコロッケ ごまあえ みそしる I補給 - 692 kcal	イエローライス ぎゅうにゅう ミネストローネスープ メロン I補給 - 600 kcal	ぶたにくとあおなのあんかけそば ぎゅうにゅう はりはりサラダ あじさいゼリー I補給 - 655 kcal	マーボーどん ぎゅうにゅう にらたまスープ バンサンスー 「世界を味わおう」中国の料理 I補給 - 646 kcal	うめごはん ぎゅうにゅう あじのこうみだれ こんにゃくとじゃがいものピリから わかめスープ I補給 - 630 kcal
14日	15日	16日	17日	18日
シーフードピラフ ぎゅうにゅう ポトフ おきなわパイン I補給 - 598 kcal	みそカツどん ぎゅうにゅう めかたまじる れいとうみかん I補給 - 642 kcal	ごはん ぎゅうにゅう カレモア バナナのはるまき かいそういりサラダ 「世界を味わおう」サモアの料理 I補給 - 637 kcal	わふうスパゲティ ぎゅうにゅう のりしおポテトビーンズ コールスローサラダ I補給 - 634 kcal	ごはん ぎゅうにゅう トミメのフライ キャベツのかおりづけ とんじる I補給 - 699 kcal
21日	22日	23日	24日	25日
ハヤシライス ぎゅうにゅう ポテトとコーンのサラダ こだますいか I補給 - 628 kcal	ごはん のりのつくだに ぎゅうにゅう かんこくふうにくじゃが もやしとわかめのごまじょうゆ I補給 - 584 kcal	ごまじゃこチャーハン ぎゅうにゅう はるさめスープ ナムル I補給 - 620 kcal	ミルクパン ぎゅうにゅう いかのケチャップあえ ごまこふきいも こんさいのカレースープ さくらんぼ I補給 - 615 kcal	ごはん ぎゅうにゅう とりのピリからやき わふうぱりぱりサラダ みそしる かわちばんかん I補給 - 626 kcal
28日	29日	30日	<今月の給食目標> よくかんで 丈夫な歯をつくらう	
たかなとじゃこのごはん ぎゅうにゅう タイビーエン キャベツとわかめのからしじょうゆ カリカリこうや 熊本県の郷土料理 I補給 - 661 kcal	きつねうどん ぎゅうにゅう もやしのチャプチェふう ばんかんのケーキ I補給 - 621 kcal	なごしどん ぎゅうにゅう みそしる みなづき 30日「夏越しの献立」 I補給 - 671 kcal		