

6月 こんだてひょう

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|--|---|---|
| | | | 1 ごはん わかめスープ マーボー豆腐 しゅうまい 牛乳 | 2 黒糖パン クラムチャウダー ほうれん草オムレツ 野菜サラダ 牛乳 |
| 5 ごはん みそ汁・照焼肉団子 幕別産アスパラとウインナーの炒めもの よくかむふりかけ海の恵み 牛乳 | 6 きのこうどん 米粉のししやも唐揚 キシリトール入り果物ゼリー 牛乳 | 7 ポークカレー ミネラルたっぷりサラダ 牛乳 | 8 ごはん(ひじき入りのりの佃煮) みそ汁 若鶏のごまてり焼 じゃがいもとふきの煮物 牛乳 | 9 チョコチップパン 野菜ミックスボールスープ えびフライ ごぼうサラダ 牛乳 |
|  |  |  |  |  |
| 12 ごはん すまし汁 豚肉のみそ炒め おひたし 牛乳 | 13 しょうゆラーメン 焼きようざ ブルーベリーゼリー 牛乳 | 14 そばろ井 けんちん汁 ほうれん草とえのき茸のごまみそ和え 牛乳 | 15 ごはん もずく汁 たまご焼 鶏肉とチンゲン菜のオイスターソース炒め 牛乳 | 16 卵パン ビーフシチュー チキンチーズ焼 コールスローサラダ みかんジュース |
|  |  |  |  |  |
| 19 ごはん 実だくさん汁 さんま梅煮 マヨきんぴら 牛乳 | 20 カレーうどん 枝豆コロッケ プリンタルト 牛乳 | 21 ハヤシライス フルーツとゼリーのあえもの 牛乳 | 22 ごはん みそ汁 クリスピーチキン 豚肉と切干大根のカレー煮 牛乳 | 23 あずきパン チンゲン菜のクリーム煮 北海道産カボサラロールフライ マンゴー 牛乳 |
|  |  |  |  |  |
| 26 ごはん 豚汁 さば塩焼 含め煮 牛乳 | 27 大豆入りミートスパゲティ イタリアンサラダ 北海道産ステックチーズ 牛乳 | 28 ごはん 中華スープ かしわ天 チンジャオロース 牛乳 | 29 ごはん みそ汁 いわしのみぞれ煮 肉じゃが 牛乳 | 30 横割りミルクパン コーンポタージュ ホットドックハンバーグ レタス・アーモンドナッツ 牛乳 |
|  |  |  |  |  |

※赤字は、一部幕別産の食材を使用しています(今月の幕別産は、じゃがいも・アスパラ・レタス・にら です。)