

こんだてひょう

6月

月	火	水	木	金
2 あおな 青菜ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(ほうれん草・人参・卵) とり 鶏のから揚げ (小2中3個) き ぼ だいこんに 切り干し大根煮 582/746	3 あんかけ焼きそば ぎゅうにゅう 牛乳 はるま 春巻き (小2中3個) フルーツあえ  ※ほたて 841/993	4 チガイのわかるカレー ぎゅうにゅう 牛乳 きゅうりとわかめの酢の物 あお 青りんごゼリー  ※稚貝 682/835	5 クリームパン ぎゅうにゅう 牛乳 こんさい 根菜のコンソメスープ て や 照り焼きチキン (小中1個) マカロニサラダ 684/859	6 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 けんちん汁 いわしの梅煮 (小中1個) すき焼き風煮 782/930
9 6月平均栄養価 小 中 たんぱく質 27.0g 33.3g 脂 質 21.6g 25.2g 食塩相当量 2.0g 2.6g	10 ごもく 五目うどん ぎゅうにゅう 牛乳 いそべあ ちくわの磯辺揚げ (小中1個) ちゅうか 中華あえ 607/721	11 おやこ 親子どんぶり ぎゅうにゅう 牛乳 どうふ しゅうまい 豆腐焼売 (小2中3個) やさい 野菜のナムル 771/938	12 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 ほたてのクリームシチュー カレーコロッケ (小中1個) はるさめ 春雨サラダ  ※ほたて 657/883	13 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 かきたま汁 しろみ さかな 白身魚フライ (小中1個) にく 肉じゃが 671/795
16 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(キャベツ・えのきたけ) チキンみそカツ (小中1個) きんぴらごぼう 636/745	17 みそラーメン ぎゅうにゅう 牛乳 たこ焼き (小2中3個) フルーツのヨーグルトあえ 687/884	18 キーマカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 ツナサラダ 漬物缶(スライスパン) 794/982	19 せわ 背割りパン ぎゅうにゅう 牛乳 ミネストローネ コーンフライ (小中1個) ソース焼きそば 678/902	20 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたじる 豚汁 さばのみそ煮 (小中1個) やさい 野菜のごまあえ 688/865
23 わかめごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(大根・なめこ) あつや たまご 厚焼き卵 (小中1個) やさい あまからいた 野菜の甘辛炒め 575/717	24 ミートソーススパゲティ ぎゅうにゅう 牛乳 フライドポテト ブロッコリーサラダ パックドレッシング (イタリアン) 760/947	25 けいはん 鶏飯 ぎゅうにゅう 牛乳 しゅうまい ポーク焼売 (小2中3個) いちごのムース 724/886	26 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 コーンとかぼちゃのスープ て や 照り焼きハンバーグ (小2中3個) ごぼうサラダ 700/873	27 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(もやし・人参) や 焼きぎょうざ (小2中3個) まあぼどうふ 麻婆豆腐 552/713
30 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ほたてたまご のスープ たつたあ さんま竜田揚げ (小中1個) ふきのいために 煮  ※ほたて 684/795	こんだて ぶっし どう つごう じぜん れんらく へんこう ばあい しょうじょう ○献立は物資等の都合により、事前の連絡なく変更する場合があります。ご了承ください。 ○Eメールは、lunch@town.yubetsu.lg.jpです。ご意見お待ちしております。 ○給食費はすべて食材を購入するために使われています。未納とならないようお願いいたします。 こんだて  ひ しょう よてい じもと きんしよくざい しょうかい ○献立の マークは、その日に使用を予定している地元産食材を紹介しています。			