



# 6月 こんだてひょう




《牛乳は毎日つきます》

令和7年5月28日 舞鶴市立倉梯第二小学校

《6月給食目標》  
安全や衛生に  
気を付けて  
準備をしよう

6月4日～10日は、「**歯と口の健康週間**」です。

今日は、かみごたえのある献立「**カミカミ献立**」を多く入れています。よく噛んで食べると、唾液がたくさんでて、虫歯を予防したり、胃の中で食べ物の消化を助けたりします。食べた後は、しっかり歯をみがきましょう。「**カミカミ献立**」の日には  のマークがついています。

月曜日 (ごはんの日)	火曜日 (味付けごはんの日)	水曜日 (加工パンの日)	木曜日 (麦入りごはんの日)	金曜日 (パンの日)
<b>2日</b>  <b>7日(土)の</b> <b>振替休業日</b>	<b>3日</b>  キムチと たくあんの まぜごはん きんぴらごぼう たまねぎのみそしる	<b>4日</b>  ミルクパン とりにくの オレンジソース トマトとレタスの スープ	<b>5日</b>  むぎいりごはん キャベツとあつあげの ホイコウロウ きりぼし だいこんのナムル	<b>6日</b>  ココアあげパン フレンチサラダ やさいスープ
<b>9日</b>  ごはん とりにくのつくね とうふのみそしる あじつけのり	<b>10日</b>  ドライカレー じゃがいもの チーズに たまごスープ	<b>11日</b>  国産小麦パン 万願寺の ナポリタン スパゲティ コールスローサラダ	<b>12日</b>  わかめごはん ちくせんに さつまじる	<b>13日</b>  こがたパン カレーうどん かんぴょう サラダ
<b>16日</b>  ごはん にくみそひじきどん かきたまじる あじさいゼリー	<b>17日</b>  こまつなと じゃこのチャーハン ちくわのもの はるさめスープ	<b>18日</b>  こくとうパン スコップコロツケ ABCスープ	<b>19日</b>  むぎいりごはん カマスのフライ そえやさい ソース 実たくさんみそしる	<b>20日</b>  パン ブラウンシチュー コーンサラダ
<b>23日</b>  ごはん チキンカレー フルーツポンチ ふくじんづけ	<b>24日</b>  ぎゅうにくと ごぼうのまぜごはん だいずと にぼしのあげに すましじる	<b>25日</b>  あじつけパン なつやさいの ミートグラタン コンソメスープ 万願寺甘とうの イメージキャラクター の「あまとくん」です。	<b>26日</b>  むぎいりごはん ニラいり マーボー豆腐 こまつなの ごまあえ	<b>27日</b>  セルフドッグ ポークウィンナー キャベツのソテー トマトケチャップ かぼちゃのポタージュ
<b>30日</b>  ごはん サゴシの万願寺 ソースかけ こまつなのみそしる	<b>【今月の地場産物】</b> <b>19日(木)カマス</b>  細長い魚ですが、 キック力が強く時速150kmで泳ぐので、しっぽのほうでも太いです。今日は、フライにしています。小さな骨があるかもしれないので、よくかんで食べましょう。			
<b>30日(月)サゴシ</b>  サゴシは、大きくなったらサワラになります。大きくなるにつれて名前が変わる魚を <b>出世魚</b> と言います。 今日は、サゴシにかたくり粉をまぶして油で揚げて、 万願寺甘とう、ニンニク、生姜、しょうゆ、砂糖、酢、 豆板醤で作ったソースをかけています。				