



6月こんだて写真



令和4年(2022)6月発行
出雲市立平田学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>こんげつ きゅうしよくひょう 今月の給食目標 よくかんで食べよう</p> <p> よくかんで食べると、こんないいことがあります!</p>		1	2	3【かみかみ献立】
<p>味がよくわかるようになる</p>	<p>あごの骨や筋肉が発達し、歯並びがよくなりむし歯を予防する</p>			
<p>消化を助け、栄養の吸収が高まる</p>	<p>集中力、注意力、答える速度がアップする</p>	<p>五目ラーメン おむすび(幼なし) 牛乳 揚げぎょうざ(幼小2ケ、中3ケ) ほうれん草のごますあえ</p>	<p>さばそぼろ丼 牛乳 いそかあえ じゃがいものみそ汁</p>	<p>ごはん 牛乳 豚肉のごまがらめ まめなサラダ すまし汁</p>
6	7	8	9	10
<p>アップルパン 牛乳 ローストチキン ジャーマンポテト ミネストローネ</p>	<p>ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ 小松菜のごまあえ はんぺんのすまし汁</p>	<p>スパゲッティミートソース 小型パン(幼なし) 牛乳 鮭のハーブ焼き トマト入りサラダ</p>	<p>ごはん 牛乳 ポテトとお米のささみフライ アーモンドあえ 麻婆豆腐</p>	<p>ごはん 牛乳 いわしの香味フライ キャベツの甘ずあえ じゃがいものうま煮</p>
<p>いずも給食week</p> <p>大好き☆出雲!</p>				
<p>出雲市では、学校給食への理解を深め、家庭での食生活を考える機会とすることを目的に、『いずも給食week』を定めています。この期間中は、出雲産の農産物や食品を積極的に取り入れています。また、6月6日～17日には、出雲市斐川町にある「米米田んぼ」で農薬や化学肥料を減らして育てられた「特別栽培米きぬむすめ」を提供します。</p>				
13	14	15【おいしい出雲の一日】	16【出雲市共通献立】	17
<p>パインパン 牛乳 とり肉のいちじくソース焼き 出雲野菜のサラダ 野菜の豆のスープ ヨーグルト</p>	<p>ごはん 牛乳 チンジャオロース 三色ナムル わかめスープ</p>	<p>たまごうどん おむすび(幼なし) 牛乳 さわらのうめだれかけ 水菜のサラダ</p>	<p>出雲の夏野菜カレー 牛乳 オムレツ かわりあえ</p>	<p>ごはん 牛乳 あじの南蛮漬け おかかあえ 厚揚げのみそ汁</p>
20	21	22	23	24
<p>セルフハンバーガー 丸パン 照り焼きハンバーグ レタスのサラダ 牛乳 ABCスープ</p>	<p>ごはん 牛乳 とびうおのピリ辛ソース 青菜とコーンのあえ物 だんご汁</p>	<p>とんこつラーメン おむすび(幼なし) 牛乳 シューマイ(幼小2ケ、中3ケ) 中華あえ</p>	<p>ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ キャベツのツナあえ あまだいボールのすまし汁★</p>	<p>ごはん 牛乳 きびなごのから揚げ 豚キムチ 豆腐の中華スープ ミニトマト (幼小1ケ、小中2ケ)</p>
27	28	29	30	★美味しまね認証★
				<p>安全に生産していることを県が認証している印です。今月は卵、しいたけ、小松菜を使用しています。</p>
<p>黒糖パン 牛乳 エビカツ グリーンサラダ ミートボールのスープ デラウェア</p>	<p>ごはん 牛乳 さばの塩焼き 厚揚げとなすの炒め物 かきたま汁</p>	<p>きつねうどん おむすび(幼なし) 牛乳 れんこんのはさみ揚げ ポテトサラダ</p>	<p>ごはん 牛乳 豚肉の香味焼き ごまじゃこサラダ じゃがいもとウインナーのスープ</p>	<p> 安全でおいしい島根県GAP認証</p>

※都合により献立を変更することがあります。(★は新メニューです)