



# 6月こんだてひょう



舞鶴市立福井小学校

## 「カミカミ献立」



←このマークのある献立は、歯ごたえのあるメニューなので、しっかりかんで食べましょう。



こんげつ じばさんぶつ

## 今日の地場産物

まいづる うみ

舞鶴の海でとれたものです。



アジ



サバ



1(金)



カレーミートサンド

ミネストローネ

金曜日はカレーの日

3年 社会見学

4(月)



ごはん

まいづる産サバの味噌煮  
新じゃがの旨煮

<地場産物の日>



5(火)



チキンライス

じゃがじゃこそら豆チップス



たまご卵スープ  
<じゃがじゃこそら豆チップス>じゃことそら豆でかみごたえアップになっています。

6(水)



黒糖パン

カラフルスパゲティ

コーンサラダ

<カラフルスパゲティ>赤・や黄のパプリカが入ったホワイトソースのスパゲティです。

7(木)



麦入りごはん

豚肉のゆかり焼き

きんぴらごぼう

ほうれん草のみそ汁



8(金)



パン

りんごジャム

じゃが芋のピザソース焼き

新玉葱と野菜スープ

11(月)



ごはん

鶏肉の照り焼き

ゆかり和え

じゃが芋のみそ汁

12(火)



キムチチャーハン

大豆と煮干しの揚げ煮

スーミータン

13(水)



国産小麦100%パン

なすと万願寺甘とうの

ミートグラタン

コーンスープ



14(木)



麦入りごはん

肉じゃが

ごま酢和え

6年 修学旅行

15(金)



小型パン

チョコクリーム

かやくうどん

茎わかめ炒め

6年 修学旅行

18(月)



ごはん

ポークカレー

切干大根のナムル

福神漬け

19(火)



ひじきごはん

鮭のピリ辛焼き

すまし汁



20(水)



味噌汁

鶏肉のオレンジソース

キャベツスープ

<鶏肉のオレンジソース>

鶏肉を油で揚げて マーメイドソースでからめます。

21(木)



餃子丼

(麦入りごはん)

ワンタンスープ

22(金)



パン

イチゴジャム

白身魚の香草パン粉焼き

レタスとトマトの卵スープ

4年 社会見学 PTA 試食会

25(月)



ごはん

まいづる産

イワシの蒲焼

わかめ和え

南瓜のみそ汁

26(火)



とりめし

ごもく五目豆

小松菜と油揚げのみそ汁

27(水)



ミルクパン

クリームシチュー

フレンチサラダ

28(木)



麦入りごはん

にら入り麻婆豆腐

小松菜とじゃこの炒め煮

野菜スープ

29(金)



揚げパンセレクト

(ココア・抹茶きなこ)

パインサラダ

野菜スープ

新茶の季節にちなんで抹茶を使った揚げパンをします。チャレンジしてみてくださいね！

※牛乳は毎日つきます。

月曜 — ごはん

火曜 — 加工ごはん

水曜 — 加工パン

木曜 — 麦入りごはん

金曜 — 規格パン