



# 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



<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



## 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