



6月もりつけ表



〈 倉敷市立郷内中学校 〉

月	火	水	木	金
<p>★ 食器は3種類です★</p> <p>茶わん 汁わん 深皿</p>		<p>食中毒予防のために、きちんと手を洗いましょう</p>	<p>1 わくわくランチ</p> <p>ごぼうと塩昆布の天ぷら キャベツの甘酢あえ</p> <p>牛乳</p> <p>じゃがいものそぼろ煮</p>	<p>2</p> <p>ひじきとちりめんのあえ物</p> <p>牛乳</p> <p>とりめし</p> <p>切干大根のみそ汁</p>
<p>5 わくわくランチ</p> <p>きびなごのから揚げ</p> <p>牛乳</p> <p>干しえび入り酢の物</p> <p>ごはん</p> <p>連鳥ごぼう丼の具</p>	<p>6</p> <p>冷凍パン</p> <p>肉野菜炒め</p> <p>牛乳</p> <p>チンゲンサイと卵のスープ</p>	<p>7 わくわくランチ</p> <p>メープルシロップ</p> <p>アスパラガスのソテー</p> <p>牛乳</p> <p>若鶏のマスタード焼き</p> <p>パン</p> <p>野菜スープ</p>	<p>8</p> <p>プルーン</p> <p>ホキのピリ辛揚げ</p> <p>牛乳</p> <p>中華の酢の物</p> <p>華風スープ</p>	<p>9</p> <p>納豆</p> <p>さわらの薬味ソースかけ</p> <p>牛乳</p> <p>小松菜のあえ物</p> <p>豆腐と玉ねぎのみそ汁</p>
<p>12</p> <p>冷凍みかん</p> <p>牛乳</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>ソフト麺</p> <p>チキントマトソース</p>	<p>13 わくわくランチ</p> <p>かつおふりかけ</p> <p>牛乳</p> <p>いかの煮付け</p> <p>きゅうりの梅肉あえ</p> <p>茎わかめのみそ汁</p>	<p>14</p> <p>角チーズ</p> <p>牛乳</p> <p>野菜チップス</p> <p>厚揚げのカレー</p> <p>パン</p> <p>いため煮</p>	<p>15</p> <p>牛乳</p> <p>すずきのから揚げ</p> <p>きんぴら</p> <p>花切り大根入りみそ汁</p>	<p>16</p> <p>牛乳</p> <p>若鶏の塩こうじ焼き</p> <p>大豆とわかめの酢の物</p> <p>かきたま汁</p>
<p>19 わくわくランチ</p> <p>白桃ゼリー</p> <p>牛乳</p> <p>ひじき入りサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>まめまめハヤシのルウ</p>	<p>20</p> <p>牛乳</p> <p>豚肉のから揚げ</p> <p>ゴーヤチャンプルー</p> <p>もずくスープ</p>	<p>21 ☆リザーブ給食☆ わくわくランチ</p> <p>ヨーグルト/ ブルーベリーゼリー</p> <p>牛乳</p> <p>粉ふきいも</p> <p>さけ/若鶏のバジル焼き</p> <p>ソーイブレッド</p> <p>もち麦入り野菜スープ</p>	<p>22</p> <p>牛乳</p> <p>あじのみりん干し</p> <p>寒天の酢の物</p> <p>いりどり</p>	<p>23</p> <p>オレンジ</p> <p>牛乳</p> <p>もやしのナムル</p> <p>豚キムチ豆腐</p>
<p>26</p> <p>牛乳</p> <p>じゃがいもと大豆の甘辛</p> <p>チンゲンサイとしめじのおひたし</p> <p>うどん</p> <p>かやくうどんの汁</p>	<p>27 わくわくランチ</p> <p>牛乳</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>ガパオライス</p> <p>トムヤムクン</p>	<p>28</p> <p>牛乳</p> <p>小魚のあまからめ</p> <p>連島バーガーの具</p> <p>ミネストラスープ</p> <p>パン</p>	<p>29</p> <p>牛乳</p> <p>さばの塩焼き</p> <p>小松菜の炒め煮</p> <p>玄米入りごはん</p> <p>夏けんちん</p>	<p>30</p> <p>牛乳</p> <p>豚肉の甘酢あえ</p> <p>ごぼうと茎わかめのきんぴら</p> <p>えのきたけのみそ汁</p>