

6月 もいっつけ表

月	火	水	木	金
<p>・骨や歯を丈夫にしよう ・衛生的な習慣を身に付けよう</p>				<p>1日 わかめごはん ごま・たれ ごま酢あえ 鶏肉のから揚げ [3こ] みそ汁</p>
<p>5日 コッペパン ヨーグルトあえ 焼きそば レンフォアタン</p>	<p>6日 (ドレッシング) おかひじきのサラダ 空豆入りコロッケ (ソース) ごはん 豆腐スープ</p>	<p>7日 ピラフ用ソース メキシコ風ピラフ (じゃこ・ドレッシング) 野菜とじゃこのサラダ</p>	<p>8日 きんぴらごはん ごま・たれ ごまあえ ソフトカレーの竜田揚げ みそ汁</p>	<p>2日 五目煮 ごはん (くるみ・たれ) くるみあえ 鮭のごまマヨネーズ焼き</p>
<p>12日 開校記念日</p>	<p>13日 中華風ピリ辛ごはん (ドレッシング) 春雨サラダ ぎょうざフライ [2こ] すーミータン</p>	<p>14日 学校総合体育大会 3時間授業</p>		<p>15日 学校総合体育大会 3時間授業</p>
<p>19日 わかめうどん ならえ ちくわの2色揚げ (カレー・ごま)</p>	<p>20日 かてめし (たれ) かんぴょうのあえ物 いかの七味焼き 田舎汁</p>	<p>21日 クラムチャウダー トースト (ドレッシング) 切り干し大根のサラダ 彩の国ポトフ</p>	<p>22日 高野豆腐の煮物 ごはん (のり・だししょうゆ) 磯香あえ ゼリーフライ (ソース)</p>	<p>16日 カレーライス 福神漬け 麦ごはん (じゃこ・ドレッシング) 鉄骨サラダ</p>
<p>26日 ビビンバ (ごま・たれ) 野菜肉 ごはん 中華スープ</p>	<p>27日 ハヤシライス ルー 麦ごはん (ツナ・ドレッシング) ビーンズサラダ</p>	<p>28日 こどもパン ミネストローネ (ドレッシング) フレッシュフライ タルタルソース</p>	<p>29日 かき揚げ丼 かき揚げ ごはん ピリ辛みそ汁</p>	<p>23日 シーフードピラフ 豚肉のバーベキューソース焼き コンソメスープ</p>
				<p>30日 じゃこチャーハン はんぺんの香味焼き チンゲンサイのスープ</p>