

6月

盛付表

令和8年6月 朝霞市学校給食センター（中学校）

<p>1 (月)</p> <p>中華そば ご飯の具 ごはん キャベツの中華スープ</p>	<p>2 (火)</p> <p>ワールドカップゼリー ミニトマト 3個 ドライカレー コッパンスライス 米粉マカロニのスープ</p>	<p>3 (水)</p> <p>おかかふりかけ すろっぽ ごはん とり肉のさっぱり煮 沢煮椀</p>	<p>4 (木)</p> <p>中濃ソース もやしと青菜の炒め物 いかフライ 地粉うどん ごまみそうどん</p>	<p>5 (金)</p> <p>ジュシーオレンジ ルーローハン ごはん ルオポータン(台湾風大根スープ)</p>
<p>8 (月)</p> <p>昆布の炒め煮 あじカツフライ ごはん なめこのみそ汁</p>	<p>9 (火)</p> <p>甘夏みかん ポークチャップ 三申砂糖揚げパン はちみつパン パイザンヌスープ</p>	<p>10 (水)</p> <p>しょうい飯の具 ごはん とり肉の梅ソースかけ お講汁</p>	<p>11 (木)</p> <p>冷凍パイ クロワッサン ケバブチキン なすとトマトのスパゲッティ</p>	<p>12 (金)</p> <p>焼きウインナー2本 チキンカレー フルーツ寒天 もち麦ごはん</p>
<p>15 (月)</p> <p>いかと茎わかめの炒め物 ごはん さばの辛み漬け焼き 僧兵汁</p>	<p>16 (火)</p> <p>レバーフランクフルトのソースかけ ミニトマト 3個 黒パン 枝豆の米粉ポターージュ</p>	<p>17 (水)</p> <p>冷凍みかん ごはん プルコギ風ぶた丼 中華風コーンスープ</p>	<p>18 (木)</p> <p>中濃ソース 野菜のごま和え 地粉うどん たこ焼き カレー南蛮</p>	<p>19 (金)</p> <p>中濃ソース 高野豆腐入りそばご飯の具 太刀魚フライ 発芽玄米入りごはん とりごぼう汁</p>
<p>22 (月)</p> <p>冬瓜ととり肉のオイスターソース煮 ごはん 春巻き わかめスープ</p>	<p>23 (火)</p> <p>コーヒー牛乳 ハムとキャベツのサラダ ハンバーグのオニオンソースかけ こどもパンスライス ミネストローネ</p>	<p>24 (水)</p> <p>ごぼうのから揚げ ごはん マーボー豆腐 茎わかめのすまし汁</p>	<p>25 (木) 26 (金)</p> <p style="text-align: center;">学校総合体育大会</p>	
<p>29 (月)</p> <p>ひじきの炒り煮 わかめごはん とり肉の甘辛揚げ 飛鳥汁</p>	<p>30 (火)</p> <p>ひよこ豆とチーズのトマト煮 ツイストパン とり肉のオリーブ焼き 千切り野菜のスープ</p>	<p>6月の目標</p> <p>石けんをよく泡立てて、手の平や手の甲をしっかりと洗います。指と指の間、爪、手首もしっかり洗いましょう。</p> <p style="text-align: center;">衛生に気をつけて 食事をしよう</p>		<p>盛り付け例</p> <p>副菜 主菜 主食 汁物</p>

☆食缶やおかず入れは、熱いので中身が出ないように気をつけて運びましょう。(やけどに注意)