

# 6月 こん だて ひょう わくわく献立表

## 旬の食べ物

アスパラガス ジャがいも にはら びわ  
たまねぎ うめ もも さくらんぼ



## 今月の目標

えいせい き 衛生に気をつけよう  
よくかんで食べよう

2(月) ちくぜんに ゆかりあえ すましじる	3(火) わかさぎフリッター かみかみサラダ ワンタンスープ <かみかみ献立>	4(水) カレーライス フルーツあんじん	5(木) ハンバーグのトマトソース ツナポテトサラダ ジュリエヌスープ	6(金) くじらにくのたつたあげ とふこのにももの きみのふるさとみそしる
9(月) ささみカツ フレンチサラダ コンソメスープ	10(火) じゃがぶたキムチ ちゅうかきゅうり かんでんスープ	11(水) コッペパン ハムカツ コーンサラダ ポークビーンズ チーズ	12(木) たらのみそマヨやき こんにゃくのにももの むらくもじる	13(金) とりにくの さんしょうからあげ すのもの きみのふるさとみそしる
16(月) ほねくのいそべあげ きりぼしだいこんのにももの とりごぼうじる	17(火) チンジャオロースー ちゅうかマヨサラダ わかめスープ	18(水) たちうおフライ ごまドレサラダ ポテトスープ	19(木) とりにくのうめやき だいずのいそに きみのふるさとみそしる	20(金) ビビンバ トックいりたまごスープ ゼリー
23(月) さばのこうみあげ こふきいも みそけんちんじる	24(火) やきそば コロッケ ごぼうサラダ	25(水) にくどうふ こぶあえ かきたまじる	26(木) カレーピラフ マカロニスー	27(金) まぐろのケチャップソース ごまあえ きみのふるさとみそしる
30日(月) にくだんごの うめすぶたふう ちゅうかコーンスープ スイートポテト				