



令和6年度 6月給食こんだて

舞鶴市立吉原小学校



6月の給食目標【衛生に気を付けて食事をしよう】

- ・手洗いを正しくする。
- ・身なりを整えて当番しよう。

(米飯)

(加工ご飯)

(加工パン)

(麦ごはん)

(規格パン)

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
・肉みそひじき丼 ・すまし汁	・小松菜とじゃこのチャーハン ・ちくわのカレー揚げ ・中華風スープ	・ミルクパン ・ピーマンの五目炒め ・スパイシースープ	・麦ごはん ・サバの味噌煮 ・実だくさんのみそ汁	・規格パン ・万願寺のナポリタン ・スバゲッティ ・コールスローサラダ
エネルギー 564Kcal たんぱく質 22.7g カルシウム 287mg	エネルギー 609Kcal たんぱく質 27g カルシウム 468mg	エネルギー 598Kcal たんぱく質 20.6g カルシウム 297mg	エネルギー 664Kcal たんぱく質 24.7g カルシウム 280mg	エネルギー 623Kcal たんぱく質 21g カルシウム 307mg
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
・米飯 ・にら入りマーボー豆腐 ・ごま和え	・ドライカレー ・じゃがいものチーズ煮 ・卵スープ	・国産小麦パン ・スコップコロケ ・鶏ひき肉のスープ	・麦ごはん ・とんかつ ・添えキャベツ ・沢煮椀	・小型パン ・みそラーメン ・切干大根のナムル
エネルギー 636Kcal たんぱく質 25.7g カルシウム 423mg	エネルギー 610Kcal たんぱく質 24.3g カルシウム 349mg	エネルギー 606Kcal たんぱく質 22.5g カルシウム 299mg	エネルギー 723Kcal たんぱく質 28.2g カルシウム 345mg	エネルギー 520Kcal たんぱく質 20.6g カルシウム 349mg
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
・米飯 ・チャブチェ ・みそトックスープ	・キムチとたくあんのまぜごはん ・揚げぎょうざ ・肉団子のスープ	・黒糖パン ・夏野菜のミートグラタン ・コンソメスープ	・麦ごはん ・キャベツと厚揚げの回鍋肉 ・春雨サラダ	給食試食会 ・ココア揚げパン ・レモンサラダ ・ABCスープ
エネルギー 588Kcal たんぱく質 18.9g カルシウム 370mg	エネルギー 655Kcal たんぱく質 23.2g カルシウム 297mg	エネルギー 627Kcal たんぱく質 23.2g カルシウム 353mg	エネルギー 621Kcal たんぱく質 20.9g カルシウム 428mg	エネルギー 618Kcal たんぱく質 18.7g カルシウム 311mg
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
・チキンカレーライス ・フルーツポンチ ・福神漬	・豚肉とごぼうのまぜごはん ・大豆と煮干しの揚げ煮 ・玉ねぎのみそ汁	・味付けパン ・ペペロンチーノ ・ブロッコリーサラダ	・麦ごはん ・イワシのかば焼き ・ゆかり和え ・大根のみそ汁	・規格パン ・カレービーンズ ・みかんサラダ
エネルギー 696Kcal たんぱく質 20g カルシウム 324mg	エネルギー 670Kcal たんぱく質 29.5g カルシウム 512mg	エネルギー 635Kcal たんぱく質 22.3g カルシウム 328mg	エネルギー 671Kcal たんぱく質 25.4g カルシウム 327mg	エネルギー 623Kcal たんぱく質 26.8g カルシウム 323mg

お知らせ

11日は4年生が社会見学に行きます。
お弁当の準備をよろしくお願ひします！



今月の舞鶴産の魚

6日サバ



27日イワシ

