

月	火	水	木	金
2 ・チンゲン菜の和風サラダ ・厚焼きたまご 牛乳 わかめごはん 生揚げと野菜のうま煮 	3 ・小松菜とキャベツの浅漬け ・豚丼の具 牛乳 豚丼 にらと豆腐のみそ汁 豚丼の具をご飯と混ぜて食べましょう	4 ・えのきのかみかみサラダ ・いわしの梅煮 牛乳 塩肉じゃが 【かみかみカルシウムup献立】	5 ・チキンとズッキーニのトマトペンネ ソフトチーズ 牛乳 ミニコッパン 角切野菜スープ ソフトチーズは、パンに塗って食べましょう	6 ・もやしとハムとピーマンの和え物 ・白身魚の天ぷら ・かきあげ 牛乳 天丼 豚汁 ごはん、天ぷらをのせてたれをかけて食べましょう
9 ・きゅうりの中華漬け ・タッブルコギ 牛乳 わかめスープ 県民の日デザート	10 ・ハチみつレモン豆乳パンナコッタ ・ロースカツ ・カレー 牛乳 麦ごはん 大根とわかめのサラダ デザートスプーン	11 ・ガバオライスの具 ・ヨーグルト ・目玉焼き 牛乳 ガバオライス こんにやくサラダ デザートスプーン ごはん、ガバオライスの具と目玉焼きを混ぜて食べましょう	12 ・海藻サラダ ・さわらのチーズドレッシング焼き 牛乳 はちみつパン トマトとベーコンのスープ 	13 ・アーモンド小魚 ・キムチ和え ・ミートボール酢豚 牛乳 はるさめスープ 
16 ・即席漬け ・にらたまごそぼろ丼の具 牛乳 にらたまごそぼろ丼 かんぴょうのみそ汁 デザートスプーン ごはん、にらたまごそぼろ丼の具を混ぜて食べましょう	17 ・小松菜のからし和え ・豚肉のチーズおろし煮 牛乳 豆腐のかきたま汁 アセロラゼリー	18 1年生校外学習 2年生職場体験学習 3年生修学旅行 給食はありません	19 ・キャベツとコーンのサラダ 牛乳 とちあいかのいちごバタートースト ポークビーンズ 	20 ・かんぴょうの昆布和え ・モロとごぼうの甘辛がらめ 牛乳 小松菜と豆腐のみそ汁 
23 地区総体 給食はありません  	24 ・オムレツ 牛乳 カレーピラフ じゃがいもと玉ねぎのガーリックスープ デザートスプーン	25 ・切り干大根の煮付け ・あじのねぎ塩焼き 牛乳 きのこのみそ汁 	26 ・ドレッシング ・めんつゆ 牛乳 冷やしサラダうどん・具 鶏のから揚げ 冷やしサラダうどん・うどん うどんに、具をのせてドレッシングと麵つゆをかけて食べましょう	27 ・マーボーなす ・シューマイ 牛乳 野菜と豆腐の中華風スープ シューマイは1人3個 

30

- ・ハンバーグのねぎソース

牛乳

ひじきごはん

小松菜のかきたま汁

6月配膳予定表 【中学校】

下野市立国分寺学校給食センター

