



6月の献立

門真市教育委員会
(中学校用)



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日					
	1 かつおのうまだれ チャーハン レタススープ	2 黄桃缶 ミートビーンズ パーカーパン ワンタンスープ	3 三色手巻きの具 手巻きのり ご飯 わかめと京揚げのみそ汁	ごはん レタススープ かつおのうまだれ	パーカーパン ワンタンスープ ミートビーンズ おうとうかん	さんしょくてまき (ごはん) わかめときょうあげのみそしる てまきのり			
	6 ならともやしのキムチ炒め ご飯 高野豆腐の揚げ煮	7 じゃがいもとピーマンの炒め物 うずまきパン いちごジャム いんげん豆のポタージュ	8 大豆の磯煮 ご飯 木の葉井の具	9 ホットポテトサラダ みかんミックス パーカーパン キャベツとフランクフルトのスープ煮	10 ゆでぼし大根のごま炒め ご飯 あかしそふりかけ 豚肉とじゃがいものカレー煮	ごはん こうやどうふのあげに ならともやしのキムちいため	うずまきパン いんげんまめのポタージュ じゃがいもとピーマンのいためもの いちごジャム	このはどんぶり (ごはん) だいずのいそに	パーカーパン キャベツとフランクフルトのスープに ホットポテトサラダ みかんミックス
13 さばのごま煮 きつねませずし ゆばと冬瓜のみそ汁	14 コーンと小松菜のソテー チーズパン ポークビーンズ	15 たらうおボールの甘辛だれ 味つけのり ご飯 わかめうどん	16 焼きビーフン きなこ揚げパン チンゲン菜ときのこのスープ	17 キヤベツのさつと煮 ターメリックライス ひき肉カレー	きつねませずし ゆばととうがのみそしる さばのごまに	チーズパン ポークビーンズ コーンとこまつなのソテー	ごはん わかめうどん たらうおボールのあまからだれ あじつけのり	きなこあげパン チンゲンさいときのこのスープ やきビーフン	ターメリックライス ひきにくカレー キヤベツのさつとに
20 夏野菜のチャプチェ 韓国のに ご飯 わかめトックスープ	21 ツナとひじきのサラダ 黒糖パン あさりのポタージュ	22 豚肉のうま煮 にんじんしりしり ごはん もずくとゆばのみそ汁	23 モロヘイヤのカレーかき揚げ コッペパン チンゲン菜のスープ ココアビーンズ	24 さわらの煮付け つくだはふりかけ ご飯 じゃがいものそぼろ煮	ごはん わかめトックスープ なつやさいのチャプチェ かんこくのり	こくとうパン あさりのポタージュ ツナとひじきのサラダ	にんじんしりしりごはん もずくとゆばのみそしる ぶたにくのうまに	コッペパン チンゲンさいのスープ モロヘイヤのカレーかき揚げ ココアビーンズ	ごはん じゃがいものそぼろに さわらのにつけ つくだにふりかけ
27 小松菜とじゃこの炒め物 あかしそふりかけ ご飯 関東煮	28 きゅうりとキャベツのドレッシングかけ ヨーグルト アップルパン スパゲティナポリターナ	29 わかさぎの甘酢づけ こぶ豆 ご飯 チンゲン菜とゆばのスープ	30 まぐろのバーベキューソース 黒糖パン ミネストローネ	ごはん かんとうに こまつなと じゃこのいためもの あかしそふりかけ	アップルパン スパゲティナポリターナ きゅうりとキャベツのドレッシングかけ ヨーグルト	ごはん チンゲンさいと ゆばのスープ わかさぎのあまずづけ こぶまめ	こくとうパン ミネストローネ まぐろのバーベキューソース		