

6月献立カレンダー



市内産

とは、「三木市で作られた」という意味です。

中学校

Aコース

月	火	水	木	金
2 おろしハンバーグ 野菜のうま煮 市内産 じゃがいも・玉ねぎ	3 さけボールのフライ チンゲンサイのスープ 市内産 じゃがいも・玉ねぎ	4 《虫歯予防の日》 小松菜とたくあんのとえ物 焼きししゃも(3尾) 豚汁 市内産 じゃがいも・もやし・青ねぎ	5 キャベツのソテー たらのカレー焼き いんげん豆のポタージュ 市内産 じゃがいも・玉ねぎ	6 牛肉といんげんの甘辛炒め すいとん 市内産 玉ねぎ
9 オレンジゼリー 切り干し大根のソース炒め ツナじゃが 市内産 じゃがいも・もやし・玉ねぎ	10 かつおふりかけ じゃこ豆 ちゃんこ汁 市内産 もやし	11 《入梅献立》 ひじきとちりめんの炒め物 鶏肉の梅肉焼き 小松菜のみそ汁 市内産 じゃがいも・玉ねぎ	12 枝豆のコンソメ煮 しいらのガーリック焼き 玉ねぎスープ 市内産 玉ねぎ	13 とうもろこし ポークカレー(麦ごはん) 市内産 じゃがいも・玉ねぎ
中国	アメリカ	韓国	フィリピン	日本
16 油淋鶏 わかめの中華スープ 市内産 玉ねぎ	17 パンにはさむとホットドッグに♪ マッシュポテト ソーセージ トマトスープ 市内産 じゃがいも・玉ねぎ	18 錦糸卵 豚肉の炒め物 ビビンバ キムチスープ 市内産 玉ねぎ・青ねぎ	19 パンシット パインパン ニラガ 市内産 じゃがいも・玉ねぎ	20 《まごわやさしい献立》 ひじきと大豆の煮物 さわらのごま塩焼き じゃがいものみそ汁 市内産 じゃがいも・玉ねぎ・青ねぎ
23 大根ときゅうりのサラダ 厚揚げとじゃがいもの煮物 わかめごはん 市内産 じゃがいも	24 《SDGs献立》 ピーマンのおかか炒め だしまきたまご トック入りみそ汁 市内産 玉ねぎ・青ねぎ	25 もやし炒め さばの竜田揚げ もずくのスープ 市内産 もやし・玉ねぎ	26 きこの豆乳クリームペネ トマトシチュー 市内産 じゃがいも・玉ねぎ・マッシュルーム	27 焼き飯の具 レタススープ 焼き飯風混ぜごはん 市内産 玉ねぎ・青ねぎ
30 鶏肉のさっぱり煮 けんちん汁 市内産 玉ねぎ・青ねぎ	6月4日～10日は “歯と口の衛生週間” カミカミ食材やカルシウムたっぷりのメニューが登場！ いつまでも健康な歯を手に入れよう！ 今年は3日から登場するよ 6月16日～20日は食育ウィーク！ テーマ “世界の味献立” 日本や世界の料理を知って、様々な食文化にふれよう！			