



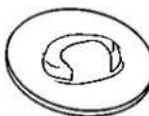
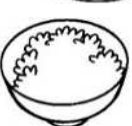
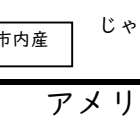
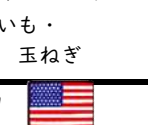
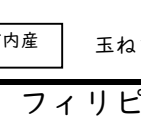
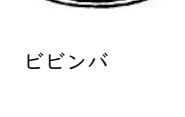
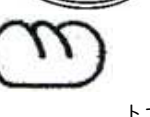
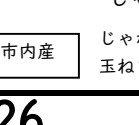
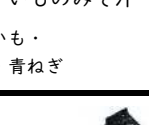
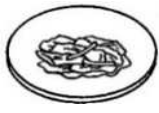
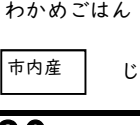
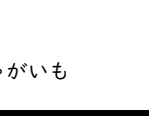
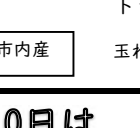
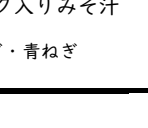
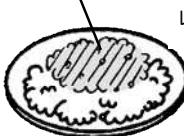
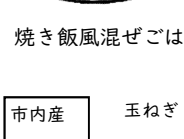
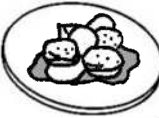
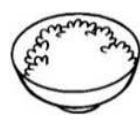
6月献立カレンダー

市内産

とは、「三木市で作られた」という意味です。

中学校

Bコース

月	火	水	木	金
2  おろし ハンバーグ    野菜のうま煮 じゃがいも・ 玉ねぎ 市内産	3  小松菜と たくあんの和え物  焼きししゃも (3尾)   豚汁 じゃがいも・ もやし・青ねぎ 市内産	4 《虫歯予防の日》  さけボールの フライ    チンゲンサイのスープ じゃがいも・ 玉ねぎ 市内産	5  牛肉といんげんの 甘辛炒め    すいとん 玉ねぎ 市内産	6  キャベツのソテー  たらのかレー焼き   いんげん豆のポタージュ じゃがいも・ 玉ねぎ 市内産
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 じゃがいも・ もやし・玉ねぎ 市内産	10 かつおふりかけ   じゃこ豆    ちゃんこ汁 もやし 市内産	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 じゃがいも・ 玉ねぎ 市内産	12  とうもろこし   ポークカレー(麦ごはん) じゃがいも・ 玉ねぎ 市内産	13  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 玉ねぎ 市内産
中国 	韓国 	アメリカ 	日本 	フィリピン 
16 油淋鶏     わかめの中華スープ 玉ねぎ 市内産	17 錦糸卵  豚肉の 炒め物  ビビンバ  キムチスープ  玉ねぎ・ 青ねぎ 市内産	18 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 じゃがいも・ 玉ねぎ 市内産	19 《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 じゃがいも・ 玉ねぎ・青ねぎ 市内産	20 パンシット    パインパン ニラガ  じゃがいも・ 玉ねぎ 市内産
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 じゃがいも 市内産	24 もやし炒め  さばの 竜田揚げ    もずくのスープ もやし・玉ねぎ 市内産	25 《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 玉ねぎ・青ねぎ 市内産	26  焼き飯の具  レタススープ   焼き飯風混ぜごはん 玉ねぎ・青ねぎ 市内産	27  きのこの豆乳 クリームペンネ   トマトシチュー じゃがいも・玉ねぎ・ マッシュルーム 市内産
30 鶏肉の さっぱり煮     けんちん汁 玉ねぎ・青ねぎ 市内産	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！				