

清潔な「食具」を  
忘れずに持参  
しましょう。



毎日、「はやね・はやおき・あさごはん」を実践しましょう!

## 6月予定献立表



月	火	水	木	金
<p><b>6月給食目標</b></p> <p>衛生に 気を付けて 食事をしよう</p>	<p><b>給食で使用する 今月の旬の食品</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・梅</li> <li>・さくらんぼ</li> <li>・ニラ</li> <li>・鯨(あじ)</li> <li>・鰹(かつお)</li> </ul>	<p><b>今月の地場産品</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆きゅうり ☆玉ねぎ</li> <li>☆こまつな ☆米粉麺</li> <li>☆米粉ベーグル</li> <li>・毛鹿鮫(もうかざめ)</li> <li>・鰹(かつお)</li> <li>・豆腐</li> <li>・卵</li> <li>・わかめ</li> <li>・油麩</li> <li>・油揚げ</li> <li>・笹かま</li> <li>・にんじん</li> <li>・白石温麺</li> </ul> <p>☆は岩産産</p>	1	2
			<p>チーズマフィン チキンナゲット ナポリタン ももゼリー 牛乳</p>	<p>ごはん 県産味付けのり 小松菜入り厚焼き卵 じゃがいもの 肉みそがらめ せんべい汁  牛乳</p>
1年生は、松島野外活動期間です。				
			891/27.0/39.7/3.2	768/29.6/19.1/2.8
5	6	7	8 <b>お誕生日献立</b>	9
<p>ごはん 鰹と大豆  甘辛揚げ  かむかむサラダ  けんちん汁  牛乳</p>	<p>バターロールパン やみつきチキン アメリカンサラダ  きのこスパゲティ  ベビーチーズ 牛乳</p>	<p>ごはん ささみの梅しそフライ 岩沼麺サラダ かきたま汁 あじさいゼリー 牛乳</p>	<p>きなこ揚げパン 甘酢肉団子 大豆もやしのサラダ 中華スープ お誕生日デザート 牛乳</p>	<p><b>給食なし お弁当なし</b></p> <p>※市陸上大会の日です。 この日は、午前授業で昼食 をとらずに下校となります。</p>
6/4~6/10は「歯と口の健康週間」です。今月は、かみ応えのある食品を使用したメニューには、かめマークがついています。				
781/35.7/21.1/2.4	824/38.7/32.7/4.0	768/35.1/17.7/2.8	818/35.4/37.3/4.1	
12	13	14	15	16
<p><b>お弁当の日</b></p> <p>※市陸上大会予備日のため、 この日はお弁当日になります。</p>	<p>ココアパン  笹かまのチーズ焼き わかめサラダ カレー米麺 ブルーベリーヨーグルト 牛乳</p>	<p>ごはん モーカ立田の チリソース 和風サラダ 豆麩のみそ汁 牛乳</p>	<p>セルフサンド 食パン BBQチキン スライスチーズ フレンチサラダ イタリアンスープ 牛乳</p>	<p>麦ごはん  四川豆腐 パンサンスー さくらんぼゼリー 牛乳</p>
6月は「食育月間」です。今月は、6/13~6/19は、地場産品を多く取り入れたメニューが登場します。				
	817/35.1/30.5/4.0	721/28.7/19.6/2.9	743/41.2/28.9/3.9	850/31.6/22.7/2.7
19 <b>郷土料理給食</b>	20	21 <b>みやぎ水産の日献立</b>	22	23
<p>ごはん 揚げ鶏の薬味だれ 小松菜と笹かまの 辛子和え 白石温麺汁 牛乳</p>	<p>岩沼米粉ベーグル  煮込みハンバーグ マカロニサラダ コーンスープ 牛乳</p>	<p>ごはん 鯨(あじ) フライ (バックソース)  ひじきツナサラダ  五目汁  牛乳</p>	<p>セルフ焼きそばパン 背割りコッペパン ソース焼きそば 肉焼売 チョレギサラダ 牛乳</p>	<p>北中カレー えびフライ 元気サラダ 牛乳</p> <p>カレー皿にごはんを盛り 付け、カレーをのせて食 べましょう。</p>
761/32.1/19.0/2.8	874/39.2/34.5/4.2	774/30.7/22.3/2.7	752/32.7/21.6/4.8	922/30.2/33.0/3.4
26	27	28	29	30
<p>ごはん チキンカツ ツナツナサラダ 系かまの中華スープ 牛乳</p>	<p><b>お弁当の日</b></p> <p>※市駅伝大会のため、この日は お弁当日になります。</p>	<p><b>お弁当の日</b></p> <p>※市駅伝大会予備日のため、 この日はお弁当日になります。</p>	<p>減塩パン (宮城県産いちごジャム) きびなごフライ ゆかり和え  肉ごぼううどん 牛乳</p>	<p>ごはん 小籠包 チンジャオロース 坦々みそスープ 牛乳</p>
791/38.8/20.5/3.2			737/26.9/28.9/2.6	850/33.9/27.9/3.0

※献立名の下に数字は、エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩相当量(g)を表します。※都合により献立を変更する場合があります。