

6月のこんだて



大泉中学校

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
運動会振替休日 	878kcal 24.7g 牛乳 カレーライス キャベツのサラダ	884kcal 35.7g 【歯の衛生週間献立】 牛乳・梅わかめごはん ししゃもの2色揚げ 切り干し大根のナムル 根菜汁	755kcal 30.4g 牛乳 ポテトミートサンド ミネストローネ みかん入りミルクゼリー	775kcal 31.3g 牛乳 ごはん えびと豆腐のチリソース炒め 小松菜のアーモンドあえ 果物
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
810kcal 32.4g 牛乳 ごはん 中華風卵焼き きゅうりのおかかあえ 広東スープ	785kcal 29.3g 牛乳 きなこ揚げパン ココア揚げパン ポトフ もやしサラダ	838kcal 32.3g 牛乳 わかめごはん 豚肉の三州煮 ごまあえ あじさいゼリー	777kcal 32.9g 牛乳 大泉うどん お好み揚げ 果物	798kcal 34.5g 牛乳 卵チャーハン 海鮮春雨煮込み 豆腐とにらのスープ
15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
826kcal 30.5g 牛乳 バレンシア風ピラフ 豆腐ニョッキのスープ UFOゼリー	883kcal 37.2g 牛乳 パインパン シーフードグラタン ジュリエンヌスープ 果物	810kcal 31.9g 牛乳 豚キムチ丼 トックスープ	812kcal 32.3g 牛乳 ごはん つくね蒸し ごまドレサラダ もずくスープ	802kcal 24.0g 【郷土食～埼玉県～】 牛乳 かてめし ゼリーフライ さつま汁・果物
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
845kcal 27.0g 牛乳 高菜と豚肉の混ぜごはん 蓮花湯(レンファンタン) わかめスープ	751kcal 28.7g 牛乳 ごはん 五目豆腐 海藻サラダ 果物	870kcal 28.7g 牛乳 豆ひじきごはん かぼちゃすいとん フルーツヨーグルト	766kcal 31.6g 牛乳 マーガリンパン トマトとチーズのオムレツ ABCスープ 果物	879kcal 37.2g 牛乳 青大豆のごはん 手作りさつま揚げ ごまあえ みそ汁
29(月)	30(火)	<div style="border: 2px solid red; padding: 10px;"> <p>で書かれている学年・クラスは給食がありません。 都合により献立内容を変更する場合があります。あらかじめご了承ください。 今月から給食費の引き落としが始まります。15日(月)予備日26日(金)です。前日までに口座の残高確認をお願いします。</p> </div>		
793kcal 27.8g 牛乳 煮じゃこごはん 肉じゃが 大根サラダ アップルゼリー	764kcal 32.0g 牛乳 練馬スパゲティ じゃこかかサラダ 果物			