

# 6月の献立表



函館市立湯川中学校

3日(月) ごはん どさんこ汁 あじフライ ソース 白菜のごま和え	4日(火) ごはん 豚肉とじゃがいもの南蛮煮 焼き餃子 ひじきのふりかけ	8日(水) 小コッペパン スパゲティアラビアータ チキンナゲット 焼きプリンタルト	6日(木) ごはん ワントンスープ ほたて貝柱フライ ソース チャプチェ	7日(金) コッペパン トマトと卵のスープ 鶏むね肉と野菜の甘酢炒め チーズ 黒豆きな粉クリーム
10日(月) ごはん キャベツのみそ汁 たらザンギ 五目きんぴら	11日(火) ごはん スープカレー オムレツ 甘夏ゼリー	12日(水) ソフトフランスパン ホワイトシチュー 肉団子 ソテー	13日(木) 減量ごはん きつねうどん イカカツ ツナごはんの具	14日(金) コッペパン 白菜と肉団子のスープ チリソース煮 バナナ
17日(月) ごはん みそ汁 チキンみそカツ ひじきの炒め煮	18日(火) ごはん 五目あんかけ豆腐 春巻き ミニトマト	19日(水) 小コッペパン 和風スパゲッティ カレージャーマンポテト 豆乳プリン	20日(木) ごはん いも団子汁 さばのみそ煮 白菜の油炒め	21日(金) コッペパン かきたまスープ 鶏肉の唐揚げ フルーツゼリーミックス
24日(月) ごはん ハヤシライス 大根のサラダ ヨーグルト	25日(火) 和食の日 ごはん みそ汁 鮭のスパイシー揚げ 白菜の煮浸し	26日(水) コッペパン チョコクリーム 豆乳ヘルシースープ ハンバーグトマトソース メロン	27日(木) 減量ごはん カレーうどん いかと大豆の青のりあえ きゅうり南蛮漬	28日(金) 丸割りパン 大根のポトフ エビカツ ノンエックタルタルソース きゃべつソテー

ツナごはんの具をごはんにかきまぜてください。量は一人スプーン1杯く。

献立説明:6日のほたて貝柱フライは「北海道水産物(ほたて)学校給食提供事業1回目」により無償で提供していただく予定です。地場産物の活用促進,学校給食の充実を図るため昨年からの取り組みは今回が最後です。北海道の海で育ったプリプリのおいしいホタテを味わっていただきましょう。

## 食事の前には必ず手を洗いましょう

### ●かならず手を洗いましょう



### ●洗い残しがおおいところはここだ

