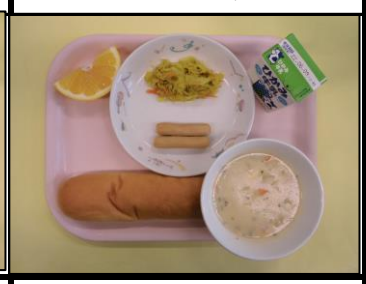
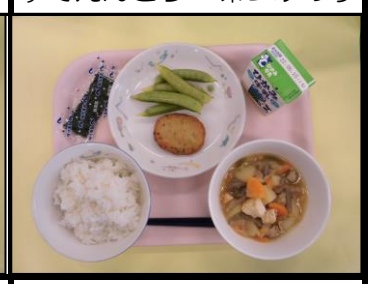
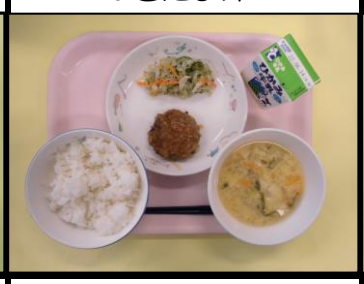
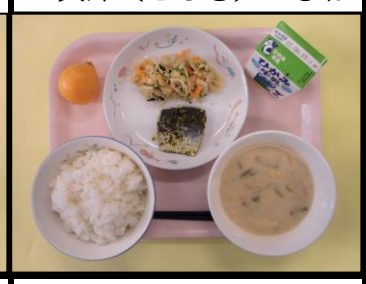
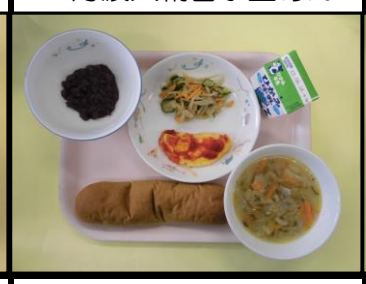
令和4年度

６月　がっこうきゅうしょく

西部学校給食センター

月	火	水	木	金
≪今月使用した地元食材≫ ・うすいえんどう　・ミニトマト ・キャベツ　・きゅうり ・たまねぎ　・じゃがいも ・丹波篠山茶　・青ねぎ ・丹波大納言小豆　・丹波黒大豆		1 ごはん・牛乳 きんぴらごぼう わかめのみそ汁 黒豆のきなこ豆	2 パン・牛乳 チキンウインナー キャベツのカレーソテー クリームスープ・愛南ゴールド	3 ごはん・牛乳 じゃがいもと厚揚げの煮物 岩津ねぎ入り平天 ゆでえんどう・味つけのり
				
6 ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん 新茶のかき揚げ キャベツの香味漬け	7 ごはん・牛乳 豆腐ハンバーグの和風あん 緑茶和え かきたま汁	8 ごはん・牛乳 サワラのお茶ソース 切り干し大根のごま和え 呉汁（ごじる）・びわ	9 お茶パン・牛乳 プレーンオムレツ ごぼうサラダ・野菜スープ 丹波大納言小豆あん	10 ごはん・牛乳 肉じゃが 手作りお茶ふりかけ 油揚げときゅうりの酢の物
				
13 十穀米ごはん・牛乳 シイラの照り焼き 小松菜とキャベツのごま和え じゃがいものみそ汁・冷凍みかん	14 ごはん・牛乳 ソースカツ ひじきときゅうりの酢の物 とうふのすまし汁	15 親子どんぶり・牛乳 （ごはん） 野菜ナゲット チンゲン菜ともやしのおひたし	16 パン・牛乳 ミネストローネ とり肉のバジルソース 海そうサラダ・愛南ゴールド	17 大豆ごはん・牛乳 小アジのから揚げ キャベツの酢の物 沢煮椀・ミニトマト
20 ごはん・牛乳 マーボーどうふ 焼きぎょうざ ほうれん草ともやしのナムル	21 ハヤシライス・牛乳 （麦ごはん） ゆでたまご キャベツとにんじんのアーモンド和え	22 じゅうしい・牛乳 ゴーヤチャンプルー 白みそのみそ汁 サーターアンダギー	23 黒糖パン・牛乳 ぶた肉とパインの揚げ煮 もずくスープ シークワーサーゼリー	24 ごはん・牛乳 サバのごまだれ ひじきの炒め煮 ぶた汁
27 ごはん・牛乳 ぶた肉のしょうが焼き 小松菜ともやしの甘酢和え 冬瓜のすまし汁	28 ナン・牛乳 大豆入りチキンカレー 焼きメンチカツ カラフルサラダ	29 そぼろどんぶり・牛乳 （ごはん） （とりそぼろ・いりたまご） かぼちゃのみそ汁・ミニトマト	30 パン・牛乳 白身魚フライ ドレッシングサラダ はるさめスープ	