



6月予定献立表



月	火	水	木	金	予約締切
<p>30日 夏越の祓【水無月】 日本では6月のことを「水無月」といいますが、京都には同じ名前の和菓子があります。白い三角形のうしろに赤い小豆をのせたもので、6月30日の「夏越祓」の日に食べ、過ぎた半年のけがれを祓い、来る半年の無病息災を願います。</p>	<p>1日 牛乳の日 ホワイトカレーうどん ちくわの磯部揚げ 和風マスタードサラダ 果物(ゴールドenキウイ)</p>	<p>2日 ☆山口料理☆ ごはん チキンチキンごぼう けんちょう ちしゃなます、萩風いとこ煮 果物(夏みかん)</p>	<p>3日 ◆鯉の日◆ ごはん 鯉の南蛮漬け 野菜の海苔和え 道産子汁 フルーツポンチ</p>	<p>4日 麦ごはん かみかみつくね 茎わかめと蒟蒻の炒め 切干とツナのカレーマヨサラダ じゃが芋とキャベツの味噌汁、果物(小玉すいか)</p> <p>4~10日 歯と口の健康週間</p>	5/21 (金)
<p>7日 麦ごはん 鶏とあさりのスープチゲ アルカムジャコリム(うずらと芋の甘辛煮) もやしのナムル 黒ごまプリン</p>	<p>8日 ごはん、豆腐のアラビアータ アスパラとなすのソテー しらすのゴマネーズサラダ じゃがいもポタージュ 果物(美生柑)</p>	<p>9日 ◎たまごの日◎ 開化井 クルミ和え つみれ汁 メロンミルクプリン</p>	<p>10日 ごはん 入梅鯛と大根の梅煮 おかひじきの白和え トマトん汁 紫陽花ゼリー</p>	<p>11日 入梅 ケロケロ揚げパン 新じゃがオムレツ ガーリックマスタードサラダ ミネストローネスープ</p>	5/28 (金)
<p>14日 サフランライス アクアパッツァ カポナータ レタススープ ティラミス</p>	<p>15日 ☆栃木料理☆ ごはん、手作り焼餃子 かんぴょうの卵とじ炒め しもつかれ ビルマ汁(カレースープ) 果物(メロン)</p>	<p>16日 和菓子の日 ゆかりご飯 太刀魚と夏野菜の天ぷら おろし天つゆ 豚汁 手作り水羊羹</p>	<p>17日 ポークカレーライス イタリアンツナサラダ 卵と豆のスープ 果物(さくらんぼ)</p>	<p>18日 野沢菜チャーハン ししゃものエスニック竜田揚げ チンゲン菜のピリ辛サラダ ワンタンスープ パイナップルゼリー</p>	6/4 (金)
<p>21日 夏至 ごはん、冬瓜のうま煮 鯖の和風タルタルソース たこときゅうりの葱ドレ和え おくらと茗荷の味噌汁 果物(夏みかん)</p>	<p>22日 麦ごはん 韓国風肉豆腐 ごまだれ春雨サラダ 参鶏湯風スープ 果物(小玉すいか)</p>	<p>23日 ごはん A: いか B: 鶏のバジル唐揚げ キャベツとじゃこのペペロンソテー キャロットラペ、トマトスープ 果物(キウイフルーツ)</p>	<p>24日 ★ギリシャ料理★ カラマリ・ゲミスタ(いかのピラ) ムカサ(ナス・芋・ミートソースの重ね焼き) ラハノサラタ(ギリシャ風コールロー) ファケス・スパ(レンズ豆スープ) フルーツヨーグルト</p>	<p>25日 青椒肉絲焼きそば 華風きゅうり 春雨酸辣湯 豆花(トーフア)</p>	6/11 (金)
<p>28日 麦ごはん 豚肉の生姜焼き 芋と根菜のごまみそ煮 磯辺サラダ、きのこのすまし汁 果物(パイナップル)</p>	<p>29日 ごはん 鮭のカレーチリソース ガーリックポテト 海藻サラダ、マカロニスープ 果物(プラム)</p>	<p>30日 ◎夏越の祓◎ 夏越祓のかき揚げ井 ごまドレ豆腐サラダ 鶏と根菜の味噌汁 水無月</p>	<p>★24日オリンピック開催国(1896&2004年・アテネ)ギリシャの料理★ 【カラマリ・ゲミスタ】【ムカサ】【ラハノサラタ】【ファケス・スパ】【ヨーグルト】 *【カラマリ】は「いか」、【ゲミスタ】は詰め物をして焼いた料理のことで、本来は【いかめし】のような料理です。給食では切ったいかを具にしたピラフにします。 *【ムカサ】は、東地中海でよく食べられている重ね焼きの料理です。 *【ラハノ】=「キャベツ」、【ファケス】=「レンズ豆」の意味。いずれの料理にも、オリーブオイル・レモン・スパイスを使うのが特徴です。</p>		6/18 (金)

※牛乳は毎日つきます。献立は都合により変更することがあります。