

令和5年度6月 中学校献立カレンダー

月	火	水	木	金
<p>今月は「食育月間」です</p> <p>食育は、食に関する知識や選択する能力をつけ、生涯にわたって健全な食生活をしていくためのものです。三郷市では学校給食を通して、食に関する情報を発信しています。今月の給食は、埼玉県産食材や埼玉県の郷土料理をたくさん取り入れています！</p> <ul style="list-style-type: none"> ・13日 ちくわの狭山茶揚げ ・16日 味噌ポテト ・21日 さばの深谷ねぎ香り焼き のらぼう菜の和え物 ・30日 かて飯 ゼリーフライ おっきりこみ 桂木ゆずゼリー 			1日	2日
			 <p>白飯 牛乳 フーヨーハイ 厚揚げのオイスター ソース炒め エビと青梗菜のスープ</p>	 <p>白飯 牛乳 鶏肉の照焼 枝豆入り和風サラダ (和風たまねぎ) たぬき汁 ※よく噛んで食べよう献立</p>
5日	6日	7日	8日	9日
 <p>パインパン 牛乳 ひよこ豆のフライ (中濃ソースがけ) スッキーニのトマトソース煮 コンソメスープ</p>	 <p>白飯 牛乳 豆腐ハンバーグの 和風あんかけ レンコンのサラダ (和風合わせ) だまこ汁</p>	 <p>チャーハン(白飯) 牛乳 ししゃも磯辺フリッター (2個) 水餃子 ヨーグルト</p>	 <p>白飯 牛乳 コロッケ(パックソース) 切り干し大根の煮付 根菜の味噌汁 ※読書献立 小野寺史宜 著書「ひと」</p>	 <p>白飯 牛乳 モロナゲットの チリソースがけ(2個) 回鍋肉 五目中華スープ</p>
12日	13日	14日	15日	16日
 <p>フラワーロール 牛乳 鶏肉のレモンソテー ポテトサラダ (マヨネーズ) アルファベットスープ</p>	 <p>白飯 (コバトンふりかけ) 牛乳 ちくわの狭山茶揚げ 五目きんぴら さつま汁 ※埼玉県郷土食献立</p>	 <p>カレーライス(麦飯) 牛乳 干草炒め さくらんぼ(2個)</p>	 <p>白飯 牛乳 豚肉の生姜炒め おかひじきのサラダ (焙煎ごま) けんちん汁</p>	 <p>しょうゆラーメン (ホット中華麺) 牛乳 味噌ポテト 香風和え(香味塩) ※埼玉県郷土料理献立</p>
19日	20日	21日	22日	23日
 <p>白飯 牛乳 春巻 ニンニクの芽の炒め物 レタスのスープ</p>	 <p>白飯 牛乳 鶏肉の西京味噌フライ ひじきの炒り煮 沢煮椀</p>	 <p>白飯 牛乳 さばの深谷ねぎ香り焼き のらぼう菜の和え物 (柚子かつお) 呉汁 ※埼玉県郷土食献立</p>	 <p>白飯 牛乳 五目厚焼き玉子 切干大根のサラダ (野菜いっぱい和風) すき焼き</p>	 <p>ライスボール 牛乳 あぶり焼きチキン グリーンサラダ (野菜いっぱいイタリアン) 鮭とアスパラの クリームスパゲティ</p>
26日	27日	28日	29日	30日
 <p>白飯 牛乳 えびシューマイ(2個) ココロサラダ (棒棒鶏) 酢豚</p>	 <p>白飯 牛乳 あじの竜田揚げ ごぼうサラダ (ごまクリーミー) 冬瓜の味噌汁 ※彦成中リクエスト献立</p>	 <p>白飯 牛乳 鶏肉の韓国風照焼き ピビンバ わかめスープ ※韓国料理献立</p>	 <p>バターロール 牛乳 彩り野菜ソテー ポークシチュー グレープフルーツ(1/6)</p>	 <p>かて飯(白飯) 牛乳 ゼリーフライ (パックソース) おっきりこみ 埼玉県産桂木ゆずゼリー ※埼玉県郷土料理献立</p>