

# 6月



## 加納中学校



### 今日は「石川県」です。

6月は「食育月間」です。  
食について考える月です。



もやしの中華あえ

酢豚

春雨のスープ

5日

ほうれん草のあえもの

鶏肉と大豆の煮物

岐福(ぎふ)味噌汁

6日

豆乳杏仁豆腐

厚揚げともやしの炒め物

小型パン

焼きそば

7日

かみかみあえ

豚丼

ゼリー

岐福(ぎふ)味噌汁

1日

コーンもやし

小魚のフライ

冷凍みかん

レーズンパン

ミネストローネ

2日

じゃこんぶあえ

高野豆腐の卵とじ

うち豆汁

12日

切り干し大根とツナの煮つけ

枝豆コロッケ

のりの佃煮

田舎汁

13日

野菜のオイスターソース炒め

揚げ大豆

冷凍パン

ソフト麺

中華あんかけ

14日

ひじきごはん

イワシの梅煮

冷凍みかん

岐福(ぎふ)味噌汁

15日

海藻サラダ

オムレツ

ジャム

米粉食パン

ポークビーンズ

16日

おかかあえ

イカの黄金揚げ

くずまんじゅう

めった汁

19日

小松菜のいり卵あえ

大豆入りツナごはん

ずまし汁

20日

ジャーマンポテト

チキンライス

チーズ

豆腐と卵のスープ

21日

枝豆の塩ゆで

ホキのしそ揚げ

ひじきの佃煮

じゃがいもの味噌汁

22日

フルーツポンチ

キーマカレー

ナン

ポテトスープ

23日

レパアの煮つけ

しらたき入り肉じゃが

かみかみ豆

呉汁

26日

含め煮

シシャモのお茶揚げ

ふりかけ

たまねぎの味噌汁

27日

じゃがいもの塩麹炒め煮

ちくわの磯辺揚げ

発酵乳

一食うどん

かやくうどん

28日

いんげんのごまあえ

豚肉の味噌炒め

小魚

枝豆しんじょ汁

29日

小松菜の煮びたし

アユの薬味だれ

冷凍みかん

麩のかきたま汁

30日