

6月 こんだてカレンダー

中川小学校

月	火	水	木	金
<p>太字は新発田の郷土料理です。</p> <p>・日付のとなりには、その日のエネルギー量を示しています。</p> <p>(中学年の量で示しています。基準は、656kcalです。)</p>				<p>1日</p> <p>カラフルサラ</p> <p>アーモンド小袋</p> <p>シーフード カレーライス</p>
<p>4日</p> <p>運動会の振替休日</p>	<p>5日</p> <p>ほうれん草と コーンのサラ チーズオムレツ</p> <p>アプリコットジャム 白いんげん豆 のクリーム煮 ツイストパン</p>	<p>6日</p> <p>デザート</p> <p>ゆかり和え とうふ汁</p> <p>天ぷら2種 天井</p>	<p>7日</p> <p>ひじきサラダ 甘エビの 唐揚げ</p> <p>豆乳仕立ての野菜ラーメン</p>	<p>8日</p> <p>かみかみ食</p> <p>きゅうりの風 味漬け 春巻き</p> <p>豆腐の 四 川風煮</p>
<p>11日</p> <p>野菜炒め いわしの レモン醤油煮 豆みそ</p> <p>青菜の みそ汁</p>	<p>12日</p> <p>海草サラダ いかと ブロッコリーのパス</p> <p>ジャム&マーガリン かぼちゃの ホットージュ ソフトフランスパン</p>	<p>13日</p> <p>やき豚ときくらげの 炒め物 揚げ出し豆腐 のごまタレかけ</p> <p>わかめごは 実だくさん汁</p>	<p>14日</p> <p>かみかみ金平 たまご焼き</p> <p>カレーなんばんうどん</p>	<p>15日</p> <p>デザート</p> <p>ビーンズサ ラダ ししゃもフライ</p> <p>トマトとアスパラのスープ コーンピラ</p>
<p>18日</p> <p>のり佃煮</p> <p>ゆで野菜のサラダ いわしの蒲焼</p> <p>ワンタンスープ</p>	<p>19日</p> <p>みかんサラダ オイルウイナー ケチャップ</p> <p>カレーコンソメ スープ 背割りコッペパン</p>	<p>20日</p> <p>デザート</p> <p>さやいんげん のごま和え かつ丼 春雨スープ</p>	<p>21日</p> <p>野菜サラダ アーモンド小魚</p> <p>ソフトめん肉みそソース</p>	<p>22日</p> <p>じゃが芋の 金平 とり肉の 薬味ソースが</p> <p>わかめの みそ汁</p>
<p>25日</p> <p>アーモンドキャベツ なすのスタミナソース</p> <p>野菜スープ 梅かおりごはん</p>	<p>26日</p> <p>旬サラダ ミートオムレツ</p> <p>ミルクスープ ブルーベリーロールパン</p>	<p>27日</p> <p>即席漬け ごま団子</p> <p>茎わかめの スープ キムチと牛丼のピリ辛丼</p>	<p>28日</p> <p>デザート</p> <p>ごまびたし かみかみかき揚げ</p> <p>山菜うどん</p>	<p>29日</p> <p>きぼうこんだて</p>