

6月28日(月)

こんだて
＜献立＞

たの
お楽しみ
こんだて
献立

ぎゅうにゅう
ナン・牛乳・ビーンズカレー・ミックスフルーツ

★ナンとビーンズカレー★



ビーンズカレーには、ミックスビーンズや
ほしぶどう^{はい}などが入っています♪



おお
ナン^{しゅるい}の大きさは2種類あり、
ねんせい
1～3年生が70g、
ねんせい
4～6年生が2枚
まい
入りの90gになっています★

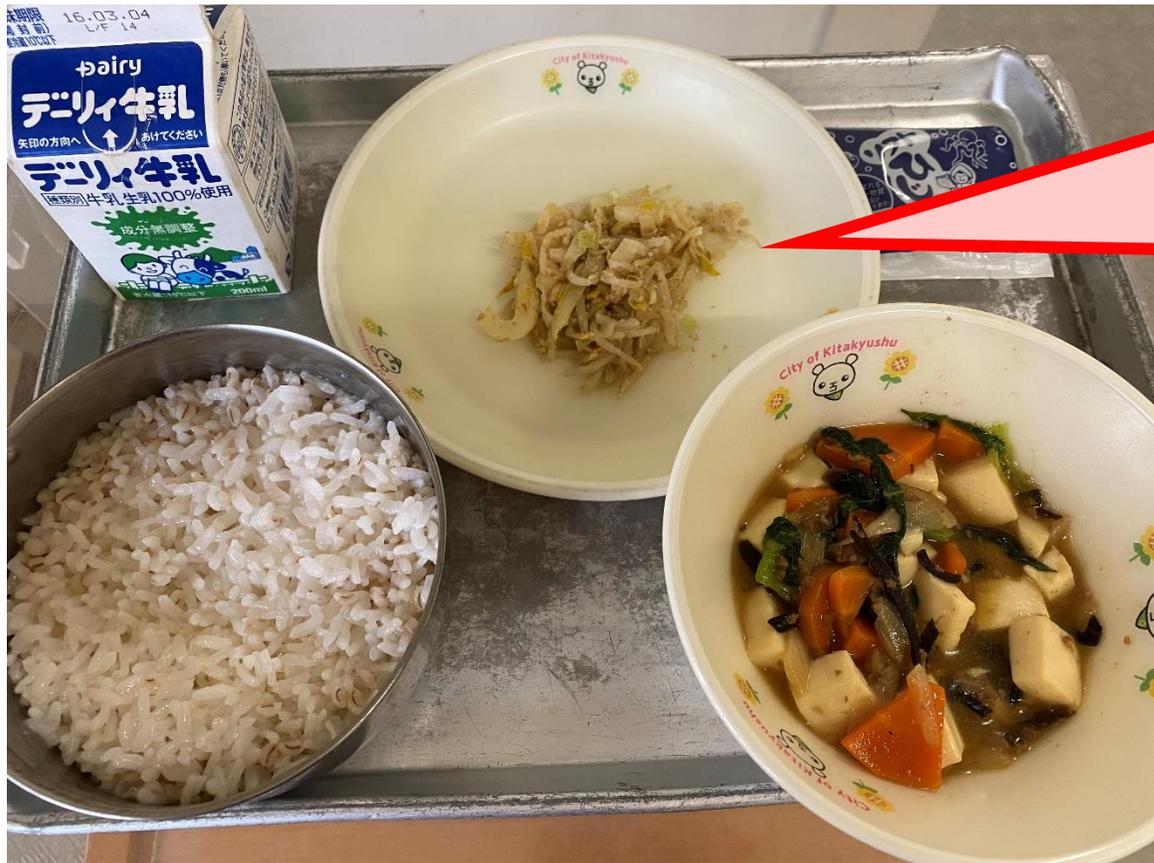


6月29日(火)

こんだて
＜献立＞

むぎ はん ぎゅうにゅう
麦ご飯・牛乳・ひじきふりかけ
とうふ い ちゅうか ふうに
豆腐入り中華風煮・ナムル

★もやしとキャベツのナムル★



きょう 今日のナムルは、もやしとキャベツを使っています！

もやしは、^{りょくとう}緑豆や^{だいず}フラックマッペ、^{しゅるい}大豆などの種類があり、^{きゅうしょく}給食の

もやしは「^{りょくとう}緑豆もやし」です。もやしには^あビタミンCや^いビタミンB1、

^{しょくもつせんい}食物繊維などが含まれています。また、^{すいぶん}水分が豊富に

^{ふく}含まれているので、^{あせ}汗をかき^{あつ}暑い季節に^{きせつ}ぴったりの^{やさしい}野菜です★



^{とうふ}豆腐が^{いっぱい}たっぷり入っています！



6月30日(水)

きゅうしよく りょうりとうじょう
★給食にドイツ料理登場★

こんだて <献立> オリ・パラ献立(ドイツ)

ぎゅうにゅう パン・牛乳・いちじくジャム

ブラートカルトツフェルン・アイントプフ



ブラートカルトツフェルンは、ドイツ語で「ブラート」は「焼く」、「カルトツフェルン」は「じゃがいも」のことで、じゃがいもとソーセージなどを炒めた料理です！



ドイツは、ソーセージが有名です！



アイントプフは、たっぷりの野菜とソーセージを煮込んだスープです♪

