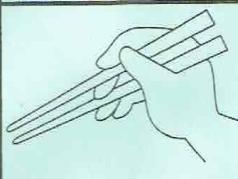


B 6月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。
☆「直送品」がある日は色がついています。

月	火	水	木	金
<p>1 チョコレートクリーム コッペパン つくねだんごのすまじる</p> <p>「つくね団子」は、手でこねて丸めるという意味の「つくねる」という言葉から名前が付けられました。</p>	<p>2 テキンハンバーグのとろりやき コッペパン わふうスパゲティ きざみのり</p> <p>和風スパゲティは、しょうゆ味のスパゲティです。きざみのりをかけて食べましょう。</p>	<p>3 りんごジャム コッペパン かいばしらのスープ</p> <p>かつおのごまがらめは、</p> <p>「ほね」にちゅうい！</p>	<p>4 ようなしゼリー コッペパン ニヨッキのクリームに</p> <p>虫歯予防云々</p> <p>6月4日は虫歯予防デーです。大豆やいかは、かみごたえのある食べものです。しっかりかんで虫歯を予防しましょう。</p>	<p>5 れんこんのはさみあげ コッペパン ぶたじる</p> <p>れんこんの穴は10個くらいあります。泥の中でも大きくなれるように空気を通す役割があります。</p>
<p>8 はちみつ コッペパン うどんじる</p> <p>今日のかきあげには豆乳が入っています。豆乳は大豆をすりつぶしてしぶったものです。</p>	<p>9 チョコレートクリーム コッペパン たまごいりビーフンスープ</p> <p>ビーフンは、米から作られためんのひとつです。米からつくられためんは、他にもフォーに使われるクイッティオなどがあります。</p>	<p>10 りんごジャム コッペパン じゃがいものしおこうじに さばのゆずしょうゆかけ</p> <p>さばのゆずしょうゆかけは、「ほね」にちゅうい！</p> <p>塩こうじは、日本に古くから伝わる調味料です。ビタミンB1やB2が多く含まれ、つかれて回復してくれます。</p>	<p>11 はちみつ コッペパン オニオンスープ ぶたにくのコーンフレークあげ</p> <p>豚肉のコーンフレークあげは、かみごたえのある食べものです。しっかりかんで豆液(つば)をたくさん出して虫歯を予防しましょう。</p>	<p>12 いちごジャム コッペパン マーボーどうふ</p> <p>マーボー豆ふには、かくし味で、山しょうの実の粉がほんの少しあっています。山しょうの実は香辛料のひとつで、ピリリと辛い味がします。</p>
<p>15 のりのつくだに キャベツとさまのこまえ ごはん あつあげのみそしる</p> <p>あじのなんばんづけは、「ほね」にちゅうい！</p>	<p>16 ゴーヤサラダ ごくとうパン おきなわそば</p> <p>沖縄県の料理『沖縄そば』は食で作りました。豚肉には、しょうちゅうやしょうゆ、砂糖で下味をつけています。</p>	<p>17 いちごゼリー(ちょくそう) ごはん チキンカレーライス とびうおのからあげ</p> <p>とびうおのからあげは、「ほね」にちゅうい！</p> <p>ゼリーの容器は重ねて食べ残しも一緒にビニールぶくろに入れて、返してください。</p>	<p>18 ミニやきそば ロールパン たまごいりコーンスープ ぎょうざ(2こ)</p> <p>給食の焼きそばは、乾燥しためんを使ってます。たっぷりの野菜をいためて出た水分でめんをほぐしながら作ります。</p>	<p>19 とろろこんぶ ごはん にくすい さわらのおろしだれかけは、「ほね」にちゅうい！</p> <p>さわらのおろしだれかけは、「ほね」にちゅうい！</p>
<p>22 とりとコーのハタ—いため ごはん ぶたじやが</p> <p>さばのよしるばしは、「ほね」にちゅうい！</p>	<p>23 沖縄いれいのひ むらさきいもチップス コッペパン もずくスープ</p> <p>6月23日は「沖縄いれいの日」です。戦争で亡くなった多くの沖縄の人を思い、平和を願う日です。豊中市は沖縄市と兄弟都市です。</p>	<p>24 ピビンバ ごはん トックいりキムチスープ チヂミ</p> <p>今日は、おとなりの国、韓国朝鮮の料理です。ピビンバは、ご飯と一緒に混ぜながら食べましょう。</p>	<p>25 さくらんぼ(2こ) えきたいココア コッペパン キャロットシチュー ウインナーソーセージ</p> <p>液体ココアは、牛乳を少し飲んでから牛乳の中に入れて、ストローでよく混ぜて飲みましょう。</p>	<p>26 こざかなのつくだに バジルポテト ごはん わかめのすまじる</p> <p>バジルは、ピザやスパゲティなどによく使われる香草です。香りが良く、きれいな緑色をしています。</p>
<p>29 しろなのおかかあえ とりそぼろ ごはん いろどりにゅうめんじる</p> <p>さばのしおやきは、「ほね」にちゅうい！</p> <p>しろなは、古くから人蔵でよく作られてきたため、大腹しななど呼ばれています。</p>	<p>30 プチプチサラダ コッペパン とうがんスープ</p> <p>とうがんは、夏においしい夏野菜のひとつです。大きいものは太さは30センチ、長さは80センチくらいになります。</p>	 <p>よくかんでたべよう</p> <p>おはしマークひの日は、おはしをつか使いましょう。</p>	 <p>かいしひ へんこう ぱあい</p> <p>※給食の開始日が変更となる場合があります</p>	