

★令和3年6月こんだてひょう★

あらかわくりつ
荒川区立
だいに ずいこうしょうがつこう
第二瑞光小学校

日		1	2	3	4
こんだて		メキシカンピラフ ソイミルクスープ ぶどうゼリー 牛乳	いわしのひつまぶし しめじの甘酢和え 豆腐のすまし汁 牛乳	ポテトフランスパン フレンチサラダ 野菜のトマトスープ 牛乳	☆虫園予防デーかみかみメニュー☆ きんぴらごはん かりかり揚げ 田舎汁 牛乳
日	7	8	9	10	11
こんだて	フルコギ丼 三色ナムル くだもの(パイナップル) 牛乳	むぎ麦ごはん ぎせい豆腐 野菜のポン酢和え たまねぎとじゃがいものみそ汁 牛乳	きなこ揚げパン 海藻サラダ ワンタンスープ 牛乳	ごはん さばの塩こうじ焼き いそべ和え 青菜と油揚げのみそ汁 牛乳	キムチチャーハン 大豆入り野菜スープ あじさいゼリー 牛乳
日	14	15	16	17	18
こんだて	たまご卵とそぼろのませごはん ねぎドレじゃこサラダ くだもの(河内晩柑) 牛乳	ごはん ジャンボしゅうまい ビーフソテー 小松菜とキャベツのスープ 牛乳	ジャージャー麺 ころころサラダ 冷凍りんご 牛乳	ごはん 豚肉と野菜の煮物 わかめのみそ汁 牛乳	うめ梅かつおごはん きすのフリッター キャベツの辛子じょうゆ和え お麩のみそ汁 牛乳
日	21	22	23	24	25
こんだて	むぎ麦ごはん 家常豆腐 中華スープ 牛乳	や焼きカレーパン ひよこ豆のスープ フルーツのヨーグルトかけ 牛乳	ごはん いんげん豆入りコロッケ ツナサラダ えのきのみそ汁 牛乳	むぎ麦ごはん 鮭の西京焼き ひじきの炒め煮 かきたま汁 牛乳	チキンクリームライス かりかりごぼうサラダ くだもの(さくらんぼ) 牛乳
日	28	29	30		
こんだて	ごはん 筑前煮 みそ汁 牛乳	☆ブックメニュー☆ スパゲッティミートソース しらたき入りサラダ ぐいとぐらのカステラ 牛乳	ごはん ホイコーロー 青菜のスープ 牛乳		

