

令和7年度

6

月



献*立*表



◆給食は毎日、牛乳がつきます。

県立播磨特別支援学校

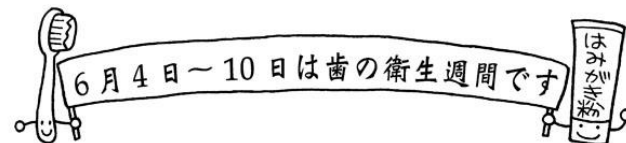
	2日 月曜日	3日 火曜日	4日 水曜日	5日 木曜日	6日 金曜日
朝	天然酵母パン/セルフドリンク スクランブルエッグ/ブロッコリーの塩ゆで	ごはん/飛鳥汁/ししゃも	トースト/ジョア チキンピカタ/ぶどう	メロンパン/セルフドリンク ゆで卵/サラダ	ごはん/みそ汁/れんこんのきんぴら
給食	紫黒米入りごはん/スープ 鶏肉のマスタード焼き/切干大根のサラダ	ごはん/けんちん汁/野菜の豚肉巻き/びわ	ごはん/なめこ汁/牛肉のうま煮/浅漬け	ごはん/すまし汁/鯖の柚庵焼き/納豆和え	ナン/バターチキンカレー/海藻サラダ
夕	ごはん/どさんこ汁 鮭の和風ムニエル/お浸し	チャーハン/スープ/棒棒鶏/デザート	ごはん/コーンスープ/デミハンバーグ 粉ふきいも/カラフルピクルス	ごはん/スープ えびのチリマヨソース/春雨サラダ	
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー

	9日 月曜日	10日 火曜日	11日 水曜日	12日 木曜日	13日 金曜日
朝	トースト/セルフドリンク ベーコンエッグ/フルーツヨーグルト	セルフイングリッシュマヒンサンド 野菜ジュース	ごはん/みそ汁/鶏肉の二色巻き	クロワッサン/セルフドリンク ジャーマンポテト/ヨーグルト	ごはん/みそ汁/ウィンナー
給食	ごはん/みそ汁 高野豆腐のあんかけ/香味漬け	ごはん/すまし汁 鯛のごまみそ焼き/ちくわの酢の物	台湾風混ぜそば/スープ/苺のパンナコッタ	ごはん/かき玉汁 鶏むね肉の塩麴焼き/ごま酢和え	タコライス/スープ
夕	ごはん/スープ スペアリブ風/焼き野菜	ごはん/スープ チャブチェ/揚げ餃子	枝豆ごはん/よしの汁 ささみの梅しそフライ/オクラのおかか和え	ごはん/みそ汁 鯖のカレー焼き/豚しゃぶサラダ	
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー

	16日 月曜日	17日 火曜日	18日 水曜日	19日 木曜日	20日 金曜日
朝	トースト/オレンジジュース ミートボール/ほうれん草のソテー	フレンチトースト/セルフドリンク オムレツ/オレンジ	ごはん/みそ汁/納豆	ロールパン/セルフドリンク ラタトゥイユ/ヨーグルト	ごはん/根菜汁/鯖の塩焼き
給食	ごはん/みそ汁 鮭の梅マヨ焼き/卵の花	ひじきごはん/すまし汁 豚肉と野菜の含め煮	ごはん/スープ/レバーマリネ/すもも	ごはん/スープ 蒸し鶏の中華和え/ビーフン炒め	きなこ揚げパン/玄米入りスープ シーフードマリネ
夕	ジャンバラヤ/スープ ハワイアンサラダ/デザート	ごはん/みそ汁 ズッキーニのはさみフライ/ポテトサラダ	親子丼/すまし汁/ゆかり和え	ごはん/みそ汁 豚肉のしょうが焼き/コールスローサラダ	
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー

	23日 月曜日	24日 火曜日	25日 水曜日	26日 木曜日	27日 金曜日
朝	トースト/セルフドリンク ハムステーキ/フルーツヨーグルト	バター入りロールパン ミネストローネ/バナナ	ごはん/みそ汁/玉子焼き	セルフハンバーガー/りんごジュース	アーモンドトースト/セルフドリンク サラダ/ヨーグルト
給食	【沖縄県慰霊の日】じゅうしい/もずくスープ ゴーヤチャンプル/サターアンダーギー	ごはん/ばち汁 豚肉の梅味風蒸し/じゃこピーマン	ごはん/スープ 麻婆なす/きくらげの和え物	ごはん/みそ汁 魚のさんが焼き/からし和え	そばろ丼/すまし汁/磯香和え
夕	ごはん/すまし汁 秋刀魚のかぼす煮/ささみのごま和え	ごはん/みそ汁 鶏じゃがの甘酢がけ/たくあん和え	ごはん/かぼちゃのポタージュ ジャークチキン/フレンチサラダ	ごはん/モロヘイヤのスープ プルコギ風/いんげんの和え物	
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー

	30日 月曜日
朝	トースト/セルフドリンク スペイン風オムレツ/ヨーグルト
給食	ごはん/みそ汁 鯖の利休焼き/即席漬け
夕	ごはん/スープ/トンカツ/ごぼうサラダ
	アレルギー



6月4日から10日は歯と口の健康週間です。毎日の食事の時に
よく噛んで美味しく食べるためには、歯や口が健康であることが大切です。
しっかり噛むことが出来る歯を保つためにも朝、寝る前の歯磨きが特に大切です。

＜食べる時も気をつけよう＞



甘いお菓子やジュースを
だらだら食べ続けない



よく噛んで噛んで食べる