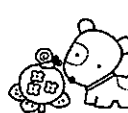
















月	火	水	木	金	
季節のおすすめの献立にはこのマークがついています。 		1 牛乳 ごはん  けんちん汁 豚肉のバーベキューソース 梅香あえ	2 牛乳 パインパン やさいスープ たらのから揚げ マセドアンサラダ(チーズ入り)	3 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">小4-1 希望献立</span> わかめごはん 担々こんにゃくラーメン おろしハンバーグ 寒天サラダ ミルメーク(ココア)	
	6 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">小 歯と口の健康週間</span> ごはん いもだんご汁 鶏肉のごま照り焼き ごぼうサラダ 	7 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">かみかみ献立</span> ごはん わかめスープ  <small>いかの旨辛揚げ(中学生1切、4年生~2切)</small> カラフルサラダ いもけんぴ&小魚	8 牛乳 ごはん 四川スープ スパイシーチキン ひじきのサラダ	9 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">小4-4 希望献立</span> レモントースト 肉だんごスープ こんにゃくサラダ 冷凍パイ 	10 牛乳  ごはん 臭たくさんみそ汁 厚揚げと豚肉のみそキムチ炒め まぜっこサラダ
	13 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">中 給食週間</span> ごはん 豆腐のみそ汁  いわしフライ  ブロッコリーサラダ	14 牛乳 ごはん ポークカレー 豆と五穀米サラダ フルーツ白玉	15 牛乳 ごはん 田舎汁 ホキの黄金焼き のりカツサラダ	16 牛乳  米粉パン オニオンスープ オムレツミートソース 犬糞とホタテのサラダ	17 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">小4-2 希望献立</span> ごはん  ABCスープ  サイコロステーキ かみかみサラダ レモンソーダゼリー
	20 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">小 給食週間</span> ごはん  沢煮椀 サバのみそ焼き 青大豆のあえもの	21 牛乳 ごはん レタスと蕪のスープ マーボー豆腐 中華和え	22 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">まつもとの日 中体連応援献立</span> ごはん たけのこ汁  ソースかつ  キャベツサラダ	23 牛乳 黒砂糖パン ジュリエンヌスープ ポークビーンズ かぼちゃサラダ	24 牛乳  ごはん チンゲンサイのスープ さごしのおろしぼん酢 ごまあえ ぶりかけ
	27 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">中学欠食</span> ごはん 犬糞のみそ汁 凍り豆腐の揚げ煮 海そうサラダ	28 牛乳 ごはん ワンタンスープ ビビンバ  ナムル 青梅ゼリー	29 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">5年臨海学習</span> 梅しそごはん 吉野汁 しいら西京みそ漬け焼き おかかあえ 	30 牛乳 <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">5年臨海学習</span> コッペパン えび団子スープ ポテトチーズホイール巻き ツナサラダ ブルーベリージャム	臭たくさんみそ汁にはこのマークがついています。 

行事は変更になる場合があります。都合により献立を変更する場合があります。

## 食育だより

6月は食育月間です。「食育パネル展」があります  
 テーマは「6月は食育月間～松本市のすすめる食育～」  
 場所 八十二銀行松本営業部(ウインドギャラリー)  
 期間 6月6日(月)～24日(金) ぜひ、お出かけください!

こちらのQRコードからも  
松本市の食育を  
ご覧になれます。



松本市は「臭たくさんみそ汁運動」を推進しています。  
 給食でも毎月出していますよ。  
 みそ汁を臭たくさんにすることで、栄養バランスが  
 整いやすくなります。特に、朝食で食べることが  
 おすすめです!  
 5月に出した「みそラーメンが食べたくなっちゃうおみそ汁」  
 のレシピはこちらです。

## みそラーメンが食べたくなっちゃうおみそ汁

<材料 4人分>

にんじん	40g
ねぎ	20g
キャベツ	80g
もやし	80g
ホールコーン	40g
豚ひき肉	40g
バター	小さじ1
しょうが、にんにく	少々
鶏ガラスープ	小さじ1
水	440ml
みそ	26g

