

6月17日(月)～6月28日(金)

# Lun-chu

中学校ランチ給食



アレルギー	
麦	小麦 卵 卵 乳 乳製品 ソバ
エビ	エビ カニ カニ ピーナッツ

¥250/1食

お箸は各自で用意しましょう

<p>洋食DAY 自慢の特製ガーリックソースを2種のお肉で楽しめる☆</p>		麦 卵 乳
17 (月)	<p>ごはん <b>グリルチキンとポークソテーの ガーリックソースかけ</b> ペペロン・ほうれん草のコンソメ炒め フレンチサラダ・ <b>フレンチシュークリーム</b></p>	
<p>6月は食育月間! 「しっかり鉄分摂取」弁当</p>		麦 エビ カニ
18 (火)	<p>21穀米 <b>牛肉と野菜のオイスター炒め まぐろミンチカツ</b> Fe 五目ひじき・じゃこサラダ ブルーン</p>	
<p>ごはんが進む一品ホイコーローがおすすすめ😊</p>		麦 卵 乳
19 (水)	<p>ごはん <b>ホイコーロー</b> ビーフン 春巻き・大根とツナの酢物 <b>ホワイトゼリー</b></p>	
<p>旬の夏野菜をたっぷり食べよう!!</p>		麦 卵 乳
20 (木)	<p>麦わかめごはん <b>牛肉と夏野菜の ラタトゥイユ風</b> あじ大葉フライ・ベーコンと野菜ソテー ちくわとれんこんサラダ こんにゃくと錦糸卵のごま和え</p>	
<p>栄養満点メニューで暑さに負けない体づくり😊</p>		麦 卵 乳
21 (金)	<p>ごはん <b>タンドリーチキン 肉団子照り煮</b> カラフルソテー ピリ辛ごぼう・りんご缶</p>	

<p>♪【おこさまランチDAY】</p>		麦 卵 乳
24 (月)	<p>ごはん <b>ハンバーグ～デミソース～</b> ほうれん草ソテー・ポトフ レモンドレッシング <b>フリンズケーキ</b> ※フリンズゼリーからフリンズケーキに変更になりました</p>	
<p>6月は食育月間! 和食文化を学ぼう「和食DAY」☆</p>		麦 エビ カニ
25 (火)	<p>麦ごはん <b>鶏すき煮 さばごま焼き</b> カレーじゃが煮 海藻梅ドレ和え・抹茶わらびもち</p>	
<p>牛肉×鶏肉でスタミナアップ☆</p>		麦
26 (水)	<p>ごはん <b>牛肉スタミナ炒め 竜田揚げ</b> スパゲティー・野菜とキクラゲソテー コーンとブロッコリーサラダ・ごま明太和え</p>	
<p>カレーDAY ランチ給食のカレーは絶品☆ 食べるとわかるん♡</p>		麦 卵 乳
27 (木)	<p>統一 麦ごはん <b>バンバンジーサラダ</b> ジャーマンポテト <b>夏野菜カレー</b> スプーンを持ってきてね!</p>	
<p>韓国ランチDAY 韓国料理がうれしい☆ マッシュヨ(おいしいです)♡</p>		麦 卵 エビ
28 (金)	<p>ごはん <b>テジフルコギ 千千ミ</b> オジンオポックム・キムチ和え <b>ファチェ風</b></p>	

【6月は食育月間です】

国の「食育推進基本計画」では、毎年6月を「食育月間」と定めています。心も身体も健康な食生活を過ごすため、生きる上での基本である「食事」に対する知識をたくさん学びましょう。

※アレルギーに関する詳しい情報は、大野城市教育委員会までお問い合わせください※  
(特定原材料を含むメニューの特定やコンタミ等)

- 献立の内容は、食材仕入れの都合により変更することがあります。
- 献立表・およびその日食べたランチも大野城市役所のホームページに掲載していますのでご覧ください。
- 魚料理は骨がある場合がありますので、気をつけてお召し上がり下さい。



大野城市教育委員会

ホームページ <https://www.city.onojo.fukuoka.jp>

Lun-chu

