

# 令和5年6月

月	火	水	木	金		
			1 味付けパン かぼちゃひき肉フライ さきいかのかみかみサラダ コンソメスープ 	2		
5 とり肉のレモン和え 甘酢和え じゃがいものみそ汁			6 高菜ぶた肉丼 大根のサラダ 春雨スープ	7 あじのねぎソース ナムル 吉野汁	8 カレーミートサンド (ミルクパン) ポトフ メロン	9 さばの塩焼き かつお和え けんちん汁
						
1 2 デミグラスソースハンバーグ コーンและ ぶた汁			1 3 切干し大根のピビンバ 中華スープ ミニトマト	1 4 ホキのみそマヨネーズ焼き ごま和え そうめんふしのすまし汁	1 5 黒糖パン ポロニアソーセージ イタリアンドレッシングサラダ 豆乳スープ	1 6 しそご飯 竹輪の磯辺揚げ スパゲティサラダ みそ風味スープ
						
1 9 ハヤシライス ツナ和え 小魚	2 0 しゅうまい 春雨サラダ 中華炒め	2 1 さばの粒マスタード焼き おひたし 豆腐のみそ汁	2 2 チキンポテトサンドイッチ (コッパン) 白菜のスープ レモンゼリー	2 3 たらの甘酢あんかけ かんぴょうサラダ ためぎ汁		
						
2 6 チキンカレーライス ひじきの和え物 とうもろこし	2 7 わかめご飯 コロッケ 白菜の和え物 油揚げのみそ汁	2 8 さけの塩焼き 信田和え 高野豆腐の煮物	2 9 味付けパン タンドリーチキン オニオンドレッシングサラダ 水菜のスープ	3 0 ホキフライ(ノンエッグタルタルソース) ほうれん草とえのきの和え物 ちゃんこ汁		
						

## 6月の新メニュー 【ホキのみそマヨネーズ焼き】

- 材料 ○ (2人分)
- ・ホキ切身：2枚
  - ・清酒：小さじ2
  - ・玉ねぎ：30g
  - ・マヨネーズ：大さじ1
  - ・みそ：小さじ1と1/2
  - ・砂糖：小さじ1
  - ・酢：小さじ1/2

- 作り方 ○
- ① 玉ねぎは、粗めのみじん切りにする。
  - ② ホキにお酒で下味をつける。
  - ③ 調味料と①を合わせてソースを作る。
  - ④ アルミカップに②をのせる。
  - ⑤ ④に③のソースをかけて焼く。

6月より、福知山市で生産されたきゅうりやなす、にんにくなどの夏に旬を迎える食材を給食で使用しています。

