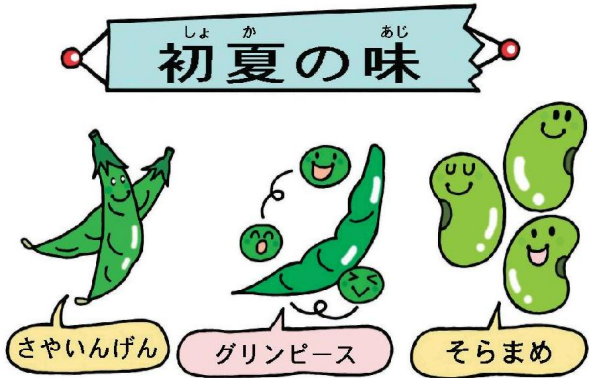


3 おひたし みそかんぷら 牛乳 するめ ソフトめん おやこうどん	4 給食はありません (食べないで帰ります)	5 ごまふうみあえ ますのさんみやき 牛乳 グリーンピースごはん わかめのみそ汁	6 きりぼしだいこん サラダ ぶたにくのしせんソース 牛乳 麦ごはん ごもくスープ	7 ヨーグルト 牛乳 コーンサラダ ハヤシライス
10 ごさかなとだいのつくだに ごまヨネーズあえ 牛乳 麦ごはん いりどり	11 やさいサラダ ウインナー 牛乳 ケチャップ コッパン じゃがいものポタージュ	12 だいずとわかめのサラダ 牛乳 カレーピラフ きのこベーコンのスープ	13 ゆでそらまめ たまごこんにゃくのてりにあじフライ 牛乳 麦ごはん さつま汁	14 ミニトマト2ヶ ツナサラダ 牛乳 食パン とうふだんごスープ
17 5年生宿泊学習	18 5年生宿泊学習	19 5年生宿泊学習	20 4年生森林学習	21 6年生修学旅行
24 朝食について見直そう週間(～6/30)	25	26	27	28
とさづけ とりささみのレモンじょうゆ 牛乳 麦ごはん じゃがいものみそ汁	こだますいか1/12 キャベツサラダ 牛乳 こくとうパン マカロニのカレーに	チンジャオロース えびしゅうまい1ヶ 牛乳 麦ごはん わかめスープ	なっとう きりこぶのいため煮 牛乳 麦ごはん こまつなのみそ汁	さくらんぼ2ヶ もやしのラー油あえはるまき 牛乳 ちゅうかめん チャンポンめん



グリーンピースごはん

<材料>

・米	3合	・こんぶ	5cm程度
・グリーンピース	1パック	・塩	小さじ1
(さやからだして90g程度)		・酒	大さじ1

<作り方>

① 米をといで少なめの水加減にし、こんぶを入れて30分おく。

② ①に塩、酒を加え、さやからだしたグリーンピースを入れて炊く。

6月5日の「グリーンピースごはん」の「グリーンピース」は、2年生がさやから取りだしたものです。

6月13日の「ゆでそらまめ」の「そらまめ」は3年生がさやから取りだしたものです。

ご家庭でも、子どもたちといっしょにやってみてはいかがでしょうか。