

令和7年 6月の献立予定表 21回

日 曜	日 曜日	献立名	主食用原材料		
			体を つくるもの 食品の名称	骨や力になるもの 食品の名称	腸子を整えるもの 食品の名称
2 月		【豚角煮混ぜご飯】	★豚肉	米、三温糖、油	にんじん、たけのこ、干し椎茸
		【豆腐ステーキ】	豆腐	ごま油、油、三温糖、でんぷん	えのきたけ、ぶなしめじ
		【野菜のごま和え】	みそ	三温糖、★ごま	小松菜、もやし、にんじん
		【小松菜のみそ汁】	油揚げ、みそ		大根、にんじん、小松菜
3 火		【ご飯】		米、大麦	
		【豚の香味ソースかけ】	★豚肉	三温糖、でんぷん、ごま油、★ごま	長ねぎ、生姜、にんにく
		【もやしとわかめのサラダ】	わかめ	上白糖、ごま油	もやし、小松菜、にんじん
		【ワントンスープ】	鶏肉	ワントンの皮	にんじん、キャベツ、もやし、長ねぎ、小松菜
		【冷凍みかん】			★みかん
4 水		【北海みそラーメン】	★豚肉、★えび、★ぼたて、みそ	中華麺、油	にんにく、生姜、玉ねぎ、にんじん、干し椎茸 キャベツ、とうもろこし
		【バリバリひじき】	ひじき、★プロセスチーズ	油、三温糖、春巻きの皮、小麦粉 大豆油	にんじん
		【チョレギサラダ】	わかめ、のり	三温糖、ごま油	大根、キャベツ、きゅうり、にんにく、生姜
5 木		【キーマカレー】	★豚肉、鶏肉、大豆、★ヨーグルト ★粉チーズ	米、大麦、油、★バター、小麦粉	にんにく、生姜、玉ねぎ、セロリ、ごぼう にんじん
		【海藻サラダ】	寒天、わかめ、くきわかめ	ごま油、三温糖	もやし、きゅうり、とうもろこし
		【ピーチヨーグルト】	★ヨーグルト	上白糖	★桃、★ナタデココ
6 金		【ご飯】		米、大麦	
		【鶏肉のマーマレード焼き】	鶏肉	三温糖	生姜、オレンジ
		【ジャーマンポテト】	★ベーコン	油、じゃがいも	玉ねぎ、にんじん、さやいんげん
		【コーンスープ】	★牛乳	★バター、小麦粉、三温糖	玉ねぎ、とうもろこし
9 月		【梅じゃこご飯】	★ちりめんじゃこ	米、大麦、★ごま	梅干し
		【さばの味噌煮】	さば、みそ	三温糖	生姜、長ねぎ
		【小松菜のおひたし】	油揚げ、かつお節	三温糖	小松菜、白菜、にんじん
		【豆腐とわかめのすまし汁】	豆腐、わかめ		にんじん
10 火		【エビクリームライス】	鶏肉、★えび、★牛乳、★生クリーム	米、油、小麦粉、★バター	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム
		【小松菜としめじのスープ】			玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、キャベツ 小松菜
		【メロン(1/12)】			メロン
11 水		【丸パン】		★胚芽パン	
		【チキンカツ】	鶏肉	小麦粉、パン粉、大豆油、三温糖	
		【フレンチサラダ】		油、三温糖	キャベツ、にんじん、パプリカ、きゅうり 玉ねぎ
		【イタリアンスープ】	★ベーコン、★卵、★粉チーズ	油、パン粉	玉ねぎ、にんじん、小松菜
12 木		【いわしのかば焼き丼】	いわし	米、大麦、小麦粉、でんぷん、大豆油、三温糖 ★ごま	生姜
		【キャベツとたくあんの和え物】		三温糖	キャベツ、きゅうり、たくあん、にんじん 枝豆
		【きのことおのすまし汁】	★卵	でんぷん	大根、えのきたけ、ぶなしめじ、小松菜
13 金		【トマトソースパゲッティ】	★ベーコン、★豚肉	スパゲッティ、オリーブ油、三温糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム トマト
		【バジルサラダ】	★プロセスチーズ	オリーブ油、三温糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし 枝豆、にんにく、レモン
		【パンナコッタ】	寒天、★牛乳、★生クリーム	上白糖	いちごジャム

☆ 学校行事、材料購入の関係で献立が変わることがあります。
☆ 食中毒防止のため、果物以外は加熱調理を行っています。

日 曜	日 曜日	献立名	主食用原材料		
			体を つくるもの 食品の名称	骨や力になるもの 食品の名称	腸子を整えるもの 食品の名称
16 月		【きのこうどん】	鶏肉、油揚げ	うどん、三温糖	にんじん、ごぼう、干し椎茸、ぶなしめじ えのきたけ、まいたけ、白菜、長ねぎ、小松菜
		【焼きししゃも】	★ししゃも		
		【みそポテト】	みそ	じゃがいも、小麦粉、大豆油、三温糖	
17 火		【イタリアンサンド】	★ベーコン、★ピザチーズ	★ミルクパン、オリーブ油	にんにく、玉ねぎ、マッシュルーム、ピーマン
		【アーモンドサラダ】		★アーモンド、三温糖、油	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし ブロッコリー、玉ねぎ
		【ポトフ】	鶏肉、★ウインナー	油、じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
		【さくらんぼ】			★さくらんぼ
18 水		【高菜チャーハン】	★豚肉	米、油、ごま油	生姜、長ねぎ、玉ねぎ、にんじん、たけのこ たかな(たかな漬)、枝豆
		【タイビーエン】	★豚肉、★えび、★いか	油、春雨、ごま油	生姜、玉ねぎ、にんじん、たけのこ きくらげ、白菜
		【いきなり団子】	小豆	さつまいも、白玉粉、上白糖、小麦粉	
19 木		【チンジャオロース焼きそば】	★豚肉	中華麺、油、三温糖、でんぷん、ごま油	にんにく、生姜、玉ねぎ、たけのこ、もやし ピーマン、パプリカ
		【白菜スープ】	レンズ豆		にんじん、白菜、長ねぎ、小松菜
		【ゴーヤチップス】	大豆	じゃがいも、でんぷん、大豆油	にがうり
20 金		【ご飯】		米、大麦	
		【鮭のバター醤油焼き】	鮭	★バター	
		【ピリ辛ひじき】	ひじき、ツナ	三温糖、油	きゅうり、にんじん、キャベツ
		【かまぼこのすまし汁】	かまぼこ		にんじん、長ねぎ、小松菜
23 月		【はちみつレモントースト】		★胚芽食パン、★バター、はちみつ グラニュー糖	レモン
		【ひよこ豆のトマト煮】	鶏肉、★ウインナー、いんげん豆、ひよこまめ、大豆	油、じゃがいも、三温糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん、トマトピューレ
		【きのこのサラダ】	★ベーコン	油、三温糖	小松菜、キャベツ、にんじん、とうもろこし にんにく、エリンギ、ぶなしめじ、玉ねぎ えのきたけ
24 火		【ご飯】		米、大麦	
		【豆腐のうま煮】	鶏肉、豆腐、★うずらの卵	油、三温糖、でんぷん	生姜、にんじん、白菜、チンゲン菜
		【春雨スープ】	鶏肉	春雨	にんじん、えのきたけ、長ねぎ、小松菜
		【小玉すいか(1/24)】			すいか
25 水		【ご飯】		米、大麦	
		【あじのかりかり揚げ】	あじ	でんぷん、大豆油	
		【野菜のからし和え】			キャベツ、小松菜、にんじん
		【じゃがいものみそ汁】	わかめ、みそ	じゃがいも	玉ねぎ
26 木		【たこめし】	★たこ	米、油、三温糖	ごぼう、にんじん、枝豆
		【さばのごまつけ焼き】	さば	★ごま	生姜
		【春雨サラダ】		春雨、三温糖、ごま油	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
		【なすのみそ汁】	油揚げ、みそ		にんじん、大根、なす、長ねぎ
27 金		【赤飯】	ささげ	米、もち米、★ごま	
		【鶏のから揚げ】	鶏肉	小麦粉、でんぷん、大豆油	生姜
		【野菜の梅おかか和え】	かつお節	三温糖	小松菜、キャベツ、にんじん、もやし、うめ
		【麩のすまし汁】		玉麩	にんじん、長ねぎ、小松菜
30 月		【紅白ゼリー】	粉寒天、★牛乳	上白糖	アセロラジュース
		【ツナおろしスパゲッティ】	ツナ、のり	スパゲッティ、オリーブ油、油、三温糖	玉ねぎ、大根
		【鶏肉のハニーマスタード焼き】	鶏肉	はちみつ	生姜
		【コールスローサラダ】		油、三温糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし 玉ねぎ

<6月の給食目標> 衛生に気をつけて食事をしよう!