

令和6年 6月の献立予定表 19回

日 曜	牛乳 14種 - 蛋白質	献立名	主な使用食材			
			体をつくるもの 赤のなかま	熱ゆ力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	
3 月		豚角煮の混ぜご飯	豚肉	米、砂糖、油	たけのこ、干しいたけ	
		豆腐ステーキ	豆腐	ごま油、油、片栗粉	えのきたけ、ぶなしめじ	
		野菜のごま和え	みそ	砂糖、ねりごま、ごま	小松菜、もやし、にんじん	
680		小松菜のみそ汁	油揚げ、みそ	大根、にんじん、小松菜		
4 月		ご飯		米、麦		
		豚肉の香味ソースかけ	豚肉	砂糖、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	ごま、砂糖、ごま油	もやし、小松菜、にんじん	
		722	ワンタンスープ	鶏肉	ワンタンの皮	にんじん、キャベツ、もやし、長ねぎ、小松菜
32.7		冷凍みかん		みかん		
5 月		北海道ラーメン	豚肉、えび、ほたて、みそ	中華麺、油	にんにく、生姜、玉ねぎ、にんじん、干しいたけ、キャベツ、とうもろこし	
		711	バリバリひじき	ひじき、ダイスチーズ	油、砂糖、春巻きの皮、小麦粉	にんじん
		33.5	チョレギサラダ	わかめ、のり	砂糖、ごま油	大根、キャベツ、きゅうり、にんにく、生姜
6 月		ご飯		米、麦		
		あじのかりかり揚げ	あじ	片栗粉、油		
		709	野菜のからし和え			キャベツ、小松菜、にんじん
		27.9	じゃがいものみそ汁	わかめ、みそ	じゃがいも	玉ねぎ
7 月		ご飯		米、麦		
		鶏肉マーマレード焼き	鶏肉	砂糖	生姜、マーマレード	
		767	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、とうもろこし、さやいんげん
		33.8	コーンスープ	牛乳	じゃがいも、バター、小麦粉、砂糖	玉ねぎ、とうもろこし
10 月		梅じゃご飯	ちりめんじゃこ	米、麦、ごま	梅干し	
		716	さばのみそ煮	さば、みそ	砂糖	生姜、長ねぎ
		34.8	小松菜のおひたし	かつお節、油揚げ	砂糖	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
11 月		エビクリームライス	鶏肉、えび、牛乳、生クリーム	米、油、バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム	
		700	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
		26.2	メロン			メロン
12 月		丸パン		胚芽パン		
		756	チキンカツ	鶏肉	小麦粉、パン粉、油、砂糖	
		37.9	フレンチサラダ		油、砂糖	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
13 月		いわしのかば焼き丼	いわし	米、麦、小麦粉、片栗粉、油、砂糖、ごま		
		756	キャベツとたくあん和え物		砂糖	キャベツ、きゅうり、たくあん、にんじん、枝豆
		27.7	きのこ卵のすまし汁	卵		大根、えのきたけ、ぶなしめじ、小松菜
14 月		トマトソースパグッティ	ベーコン、豚肉	スパグッティ、油、砂糖	にんにく、マッシュルーム、トマト	
		807	バジルサラダ	ダイスチーズ	砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、枝豆、にんにく
		28.6	パンナコッタ	寒天、牛乳、生クリーム	砂糖	いちごソース

☆ 学校行事、食材の仕入れ等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	牛乳 14種 - 蛋白質	献立名	主な使用食材			
			体をつくるもの 赤のなかま	熱ゆ力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	
17 月		ご飯			米、麦	
		685	豆腐のうま煮	鶏肉、豆腐、うずらの卵	油、片栗粉	生姜、にんじん、白菜、チンゲン菜
		31.6	春雨スープ	鶏肉	春雨	にんじん、えのきたけ、長ねぎ、小松菜
18 月		小玉ずいか			小玉ずいか	
		18	イタリアンサンド	ベーコン、ピザチーズ	ミルクパン、油	にんにく、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム
		740	アーモンドサラダ		アーモンド、油、砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、ブロッコリー
		31.0	ポトフ	鶏肉、豚肉	じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
19 月		さくらんぼ			さくらんぼ	
		794	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、高菜、枝豆
		26.6	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
20 月		いきなり団子	小豆	白玉粉、砂糖、小麦粉	さつまいも	
		704	チンジャオロース焼きそば	豚肉	中華麺、油、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
		30.2	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、片栗粉、油	ゴーヤ
21 月		ご飯		米、麦		
		703	鮭のバター醤油焼き	鮭	バター	
		32.5	ピリ辛ひじき	ひじき、ツナ	油、砂糖、ラー油	きゅうり、にんじん、キャベツ
			すまし汁			にんじん、長ねぎ、小松菜
24 月		あじさいゼリー	乳酸菌飲料、寒天	砂糖	ぶどうジュース	
		703	はちみつレモントースト		食パン、バター、はちみつ、砂糖	レモン
		31.3	ひよこ豆のトマト煮	鶏肉、豚肉、白いんげん豆、ひよこ豆、大豆	油、砂糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん、トマト
25 月		きのこのサラダ	ベーコン	油、砂糖	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、えのきたけ、玉ねぎ	
		701	きのこうどん	鶏肉、油揚げ	うどん、砂糖	にんじん、ごぼう、干しいたけ、ぶなしめじ、えのきたけ、まいたけ、白菜、長ねぎ、小松菜
		27.7	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、油、砂糖	
26 月		キーマカレー	豚肉、鶏肉、大豆、粉チーズ、ヨーグルト	米、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	
		806	海藻サラダ	寒天、わかめ、茎わかめ	ごま油、砂糖	もやし、きゅうり、とうもろこし
		26.6	ピーチヨーグルト	ヨーグルト	砂糖	黄桃、ナタデココ
27 月		赤飯	ささげ	米、もち米、黒ごま		
		808	鶏のから揚げ	鶏肉	小麦粉、片栗粉、油	生姜
		33.5	野菜の梅おかか和え	かつお節	砂糖	小松菜、キャベツ、にんじん、もやし、梅干し
			麩のすまし汁		麩	にんじん、長ねぎ、小松菜
28 月		紅白ゼリー	寒天、牛乳	砂糖	クランベリージュース	
		開校記念日				

<6月の給食目標> 衛生に気をつけて食事をしよう

