

令和4年度6月分

中学校給食献立表（Ｂブロック）

第一中学校・庭窪中学校・八雲中学校・榎中学校・
大久保中学校・錦中学校・榊原中学校

実施日	献立	食品	実施日	献立	食品
6/1水	中華風おこわ 牛乳 さわらのごまみそ焼き えびと豆腐の炒め煮 きゅうりの即席漬け 中華スープ	【米、もち米、枝豆、人参、白ねぎ、干しいたけ、油、しょうゆ、中華スープ、みりん、酒、塩 【さわら、白ごま、白みそ、砂糖、みりん、酒、油 【えび、豆腐、チンゲン菜、人参、枝豆、油、中華スープ、塩、こしょう 【きゅうり、しょうゆ、塩 【玉ねぎ、コーン、中華スープ、塩、こしょう	6/16木	ごはん 牛乳 肉豆腐 ズッキーニ入りかき揚げ チンゲン菜の和え物 すまし汁	【米 【牛肉、豆腐、糸こんにゃく、白菜、玉ねぎ、人参、油、しょうゆ、砂糖、酒 【玉ねぎ、ズッキーニ、人参、小麦粉、塩、油 【チンゲン菜、しょうゆ、みりん 【麩、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ
6/2木	ごはん 牛乳 タンダーチキン マカロニソテー フレンチサラダ コンソメスープ	【米 【鶏肉、にんにく、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう、油 【マカロニ、玉ねぎ、人参、にんにく、オリーブ油、コンソメ、こしょう 【キャベツ、きゅうり、わかめ、しょうが、酢、オリーブ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう 【白菜、わかめ、コンソメ、塩、こしょう	6/17金	ロールパン 牛乳 エビカツ 青のりボテト 白菜のクリーム煮 いかときゅうりのピクルス コンソメスープ	【ロールパン 【エビカツ、油 【じゃが芋、枝豆、青のり、塩、こしょう 【鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、牛乳、小麦粉、バター、コンソメ、塩、こしょう 【いか、きゅうり、酢、砂糖、塩、こしょう 【ハム、玉ねぎ、コンソメ、塩、こしょう
6/3金	ごはん 牛乳 とりすき ちくわの磯辺揚げ かぼちゃの煮物 チンゲン菜の梅肉和え みそ汁	【米 【鶏肉、糸こんにゃく、白菜、玉ねぎ、人参、油、しょうゆ、砂糖、酒 【ちくわ、天ぷら粉、青のり、塩、油 【かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、酒、みりん 【ちくわ、チンゲン菜、梅肉、みりん、しょうゆ 【大根、人参、青ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	6/20月	ごはん 牛乳 鶏肉の中華風天ぷら えびと野菜の炒め煮 ふしぎつま手 中華スープ	【米 【鶏肉、にんにく、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、ごま油、塩、こしょう、天ぷら粉、油 【えび、キャベツ、玉ねぎ、人参、枝豆、油、中華スープ、塩、こしょう 【さつま芋、塩 【チンゲン菜、しめじ、中華スープ、塩、こしょう
6/6月	ごはん 牛乳 牛肉のコチュジャン炒め 春雨サラダ えびとチンゲン菜の和え物 中華スープ	【米 【牛肉、玉ねぎ、キャベツ、人参、しめじ、にんにく、しょうが、油、しょうゆ、酒、砂糖、コチュジャン 【春雨、鶏糸卵、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、中華スープ 【えび、チンゲン菜、人参、しょうゆ、みりん 【えのきたけ、わかめ、中華スープ、塩、こしょう	6/21火	たきこみごはん 牛乳 さばの塩焼き 高野豆腐の卵とじ じゃがビーマン みそ汁	【米、うす揚げ、人参、ごぼう、しょうゆ、酒、塩、けずりぶし 【さば、酒、塩、油 【卵、高野豆腐、人参、絹さや、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、けずりぶし 【ちりめんじゃこ、ピーマン、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖、とうがらし 【玉ねぎ、えのきたけ、青ねぎ、わかめ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ
6/7火	ごはん 牛乳 関東煮 きびごの天ぷら もやしの和え物 みそ汁	【米 【鶏肉、こんにゃく、平天、じゃが芋、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし、だしこんぶ 【きびご、天ぷら、油、塩 【もやし、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、塩 【大根、わかめ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	6/22水	ごはん 牛乳 ホイコーロウ ミンチカツ きゅうりとツナの和え物 中華スープ	【米 【豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが、油、テンメンジャン、赤みそ、しょうゆ、砂糖、こしょう 【ミンチカツ、油 【ツナ、きゅうり、えのきたけ、しょうゆ、みりん 【白菜、コーン、中華スープ、塩、こしょう
6/8水	ロールパン 牛乳 ポーキングチュー かぼちゃコロッケ ポイルアスパラ フレンチサラダ 黄桃缶	【ロールパン 【豚肉、玉ねぎ、人参、ハヤシフレーク、ケチャップ、塩 【かぼちゃコロッケ、油 【アスパラガス、塩、キャベツ、人参、コーン、酢、オリーブ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう 【黄桃缶	6/23木	ごはん 牛乳 豚しゃぶ にんじんしりしり チンゲン菜のおかか和え すまし汁	【米 【豚肉、玉ねぎ、大根おろし、青ねぎ、しょうゆ、みりん、ゆず果汁 【卵、ツナ、人参、油、塩、けずりぶし 【チンゲン菜、かつおぶし、しょうゆ、みりん 【豆腐、麩、えのきたけ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ
6/9木	ごはん 牛乳 ぶりの照焼き 五目煮 切干大根のサラダ みそ汁	【米 【ぶり、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、片栗粉、油 【鶏肉、ちくわ、大豆、こんにゃく、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし 【ツナ、きゅうり、切干大根、酢、しょうゆ、砂糖、油、ごま油 【うす揚げ、チンゲン菜、人参、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	6/24金	ツナピラフ 牛乳 クリームシチュー 白身魚のバジルチーズ焼き フレンチサラダ バイン缶	【米、ツナ、玉ねぎ、人参、バター、コンソメ、塩、こしょう 【鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、牛乳、シチューフレーク、砂糖、塩、こしょう 【ほろ、酒、塩、こしょう、オリーブ油、粉チーズ、バジル粉 【キャベツ、きゅうり、コーン、人参、酢、オリーブ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう 【バイン缶
6/10金	ごはん 牛乳 豚肉と野菜の炒め物 ニラ卵炒め いかにカレーサラダ 野菜スープ	【米 【豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、コーン、にんにく、油、コンソメ、砂糖、塩、こしょう 【卵、ニラ、にんにく、ごま油、酒、中華スープ 【いか、キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、人参、酢、油、しょうゆ、カレー粉、塩、砂糖 【白菜、人参、コーン、コンソメ、塩、こしょう	6/27月	ごはん 牛乳 チキンステーキ・玉ねぎソース えび入りペペロンチーノ アスパラのごま和え コンソメスープ	【米 【鶏肉、にんにく、酒、しょうゆ、塩、こしょう、油、玉ねぎ、しょうゆ、砂糖、酢、みりん、酒 【スパゲティ、えび、枝豆、にんにく、オリーブ油、砂糖、塩、こしょう、たかのつめ 【アスパラガス、人参、白ごま、しょうゆ、みりん 【人参、わかめ、コンソメ、塩、こしょう
6/13月	ごはん 牛乳 カレーライスは トンカツ・ソース いかとキャベツの和え物 マンゴー缶	【米 【牛肉、玉ねぎ、人参、トマト水煮、にんにく、油、カレーフレーク、塩 【トンカツ、油、ソース（小袋） 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、しょうゆ、みりん 【マンゴー缶	6/28火	ごはん 牛乳 サーモンフライ 揚げじゃがとウインナーのマスタード 炒め いかりドレッシング和え コンソメスープ	【米 【サーモンフライ、油 【じゃが芋、油、豚肉、ウインナー、玉ねぎ、さやいんげん、油、粒マスタード、しょうゆ、砂糖、塩、こしょう 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、油 【玉ねぎ、人参、コンソメ、塩、こしょう
6/14火	ごはん 牛乳 チンジャオロウスー チヂミ・ケレ もやしのごま和え 中華スープ	【米 【牛肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、しょうが、にんにく、ごま油、オイスターソース、砂糖、しょうゆ、中華スープ、みりん、塩、こしょう 【チヂミ、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖、片栗粉 【もやし、白ごま、しょうゆ、みりん 【白菜、えのきたけ、中華スープ、塩、こしょう	6/29水	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが ひじきの炒め煮 キャベツのおひたし すまし汁	【米 【豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ニラ、しょうが、にんにく、白ごま、ごま油、赤みそ、しょうゆ、砂糖、トウバンジャン 【うす揚げ、こんにゃく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【キャベツ、コーン、えのきたけ、しょうゆ、みりん、けずりぶし 【豆腐、白菜、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ
6/15水	ごはん 牛乳 ボークビーナス 鶏肉のチーズ焼き キャベツのサラダ 野菜スープ	【米 【豚肉、大豆、じゃが芋、玉ねぎ、人参、マッシュルーム水煮、トマト水煮、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、コンソメ、塩、こしょう 【鶏肉、チーズ、枝豆、マヨネーズ、塩、こしょう 【キャベツ、きゅうり、人参、かつおぶし、しょうゆ、オリーブ油、酢、塩 【ハム、玉ねぎ、人参、コーン、コンソメ、塩、こしょう	6/30木	ごはん 牛乳 あじの竜田揚げ 筑前煮 なます きな粉だんご すまし汁	【米 【あじ、しょうが、しょうゆ、酒、塩、こしょう、片栗粉、油 【鶏肉、こんにゃく、ごぼう、人参、絹さや、しょうゆ、砂糖、酒、けずりぶし 【大根、人参、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、塩 【白玉だんご、きな粉、砂糖、塩 【てまり麩、えのきたけ、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ

※食品のアレルギーについてご質問がございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。 TEL 06-6995-5156