

学 校 給 食 献 立 表

★は茶わんの日、◆は新献立のある日です

実 施 日	献 立 名	食 品 名	実 施 日	献 立 名	食 品 名
6/1 水 ★ はし	中華おこわ 牛乳 白菜スープ パオシュウ	【米、もち米、とり肉、たけのこ、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、しょうゆ濃、しょうゆ淡、みりん、酒、ごま油、塩、〈水〉】 【とり肉、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉】 【パオシュウ、油】	6/16 木 ★ はし	ごはん 牛乳 かき卵汁 きびなごのからあげ	【米 【とり肉、たまご、かまぼこ、はくさい、にんじん、みつば、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉】 【きびなご、塩、こしょう、でんぶん、油】
6/2 木	ミニパン 牛乳 カレーマカロニ ドレッシングあえ	【パン 【ぶた肉、マカロニ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、土しょうが、にんにく、油、とりがらスープ、ウスターソース、しょうゆ濃、純カレー粉、砂糖、塩、〈水〉】 【いか、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ濃、砂糖、サラダ油】	6/17 金 ★ はし	ごはん 牛乳 みそ汁 豚肉とビーマンの炒め物	【米 【ぶた肉、とうふ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉】 【ぶた肉、たけのこ、ビーマン、にんじん、土しょうが、にんにく、油、しょうゆ濃、三温糖、酒、でんぶん、〈水〉】
6/3 金 ★ はし	ごはん 牛乳 とりすき ひじきの炒め煮	【米 【とり肉、糸こんにやく、はくさい、たまねぎ、にんじん、しろねぎ、ふ、油、しょうゆ濃、三温糖 【牛肉、うすあげ、めひじき、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉】	6/20 月 ★ はし	ひじきとツナの混ぜごはん 牛乳 かやくうどん おひたし	【米、ツナ、めひじき、にんじん、しょうゆ淡、みりん、酒、塩、けずりぶし、〈水〉】 【うどん、とり肉、かまぼこ、うすあげ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、けずりぶし、〈水〉】 【はくさい、チンゲンサイ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉】
6/6 月 ★ はし ◆	ごはん 牛乳 すまし汁 豚ニラ炒め	【米 【とうふ、かまぼこ、はくさい、にんじん、ねぎ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉】 【ぶた肉、エリンギ、ニラ、土しょうが、にんにく、油、しょうゆ濃、みそ、酒、砂糖、塩、とうがらし】	6/21 火 ★ はし	ごはん 牛乳 みそ汁 さばの塩焼き	【米 【ぶた肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉】 【さば、塩、油】
6/7 火 ★ はし	ごはん 牛乳 かんとう煮 焼きししゃも	【米 【とり肉、こんにやく、がんもどき、ささがきてんぷら、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉】 【ししゃも、油】	6/22 水 ★ はし	ごはん 牛乳 ベーコンと野菜の煮物 ミンチカツ	【米 【ぶた肉、ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、油、とりがらスープ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、〈水〉】 【ミンチカツ、油】
6/8 水 はし	ミニぶどうパン 牛乳 スパゲティナポリタン フレンチサラダ	【パン、ほしぶどう 【スパゲティ、ハム、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ビーマン、にんにく、粉チーズ、油、ケチャップ、トマトピューレ、とんかつソース、塩、こしょう 【キャベツ、きゅうり、干しわかめ、土しょうが、酢、サラダ油、しょうゆ濃、砂糖、塩、こしょう】	6/23 木 ★ はし	クファージュシー 牛乳 すまし汁 ゴーヤのあえもの くだもの	【米、麦、ぶた肉、にんじん、きざみこんが、油、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、〈水〉】 【とり肉、かまぼこ、はくさい、えのきたけ、にんじん、みつば、ふ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉】 【ツナ、キャベツ、ゴーヤ、きゅうり、酢、しょうゆ濃、しょうゆ淡、砂糖、塩 【れいとうパイン】
6/9 木	コッペパン 牛乳 チンゲン菜の卵炒め フライビーンズ	【パン 【ベーコン、たまご、サラダ油、チンゲンサイ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、にんにく、油、ポーンストック、しょうゆ濃、塩、砂糖、こしょう 【だいた、でんぶん、砂糖、しょうゆ濃、油】	6/24 金	ミニアップルパン 牛乳 クリームシチュー フレンチサラダ	【パン、ドライアップル 【とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コーン、牛乳、粉チーズ、油、マーガリン、小麦粉、とりがらスープ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉】 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう】
6/10 金	コーンピラフ 牛乳 ポタージュ いかのマリネ	【米、ベーコン、コーン、にんじん、油、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉】 【とり肉、たまねぎ、にんじん、パセリ、牛乳、ポタージュストック、ポーンストック、油、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉】 【いか、たまねぎ、きゅうり、にんじん、セロリー、しょうゆ淡、サラダ油、酢、砂糖、塩】	6/27 月 ◆	ごはん 牛乳 たまごスープ エンモミフロー	【米 【ベーコン、たまご、たまねぎ、にんじん、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉】 【とり肉、たまねぎ、なす、オクラ、油、トマト水煮、トマトピューレ、塩、しょうゆ濃、砂糖、こしょう、とうがらし】
6/13 月	げんまいごはん 牛乳 カレー フルーツミックス	【米、げんまい 【ぶた肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、にんにく、土しょうが、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、純カレー粉、チャツネ、しょうゆ濃、ケチャップ、ウスターソース、塩、三温糖、こしょう、ペイリーフ、〈水〉】 【みかん、パイン、黄桃、シロップ】	6/28 火 はし	ミニパン 牛乳 野菜ソテー サーモンフライ	【パン 【ぶた肉、ベーコン、ショートスパゲティ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、油、ウスターソース、ケチャップ、とんかつソース、塩、こしょう 【鮭、塩、こしょう、小麦粉、〈水〉、パン粉、油】
6/14 火 ★ はし	わかめごはん 牛乳 焼豚スープ チヂミ	【米、干しわかめ、塩、〈水〉】 【やきぶた、はるさめ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉】 【いか、はくさいキムチ、ニラ、小麦粉、ながいも、とりがらスープ、塩、〈水〉、ごま油、しょうゆ濃、酢、ごま油】	6/29 水 ★ はし	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが ナムル	【米 【ぶた肉、つきこんにやく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ニラ、土しょうが、にんにく、白ごま、ごま油、しょうゆ濃、赤だしみそ、三温糖、トウバンジャン、〈水〉】 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ濃、ごま油、塩】
6/15 水	ミニはちみつパン 牛乳 ポークビーンズ あまずあえ	【パン、はちみつ 【ぶた肉、だいた、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、とりがらスープ、トマトピューレ、チリソース、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉】 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん】	6/30 木 ★ はし	ごはん 牛乳 みそ汁 ちくわの磯辺揚げ みたらしだんご	【米 【とり肉、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉】 【ちくわ、小麦粉、塩、青のり、〈水〉、油 【みたらしだんご】

- 魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。
- 都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
学年 1・2年	486	21	16.7	294	67	1.4	2.3	174	0.36	0.47	17	3.7	1.9
学年 3・4年	559	23.9	18.5	308	77	1.7	2.6	198	0.43	0.51	20	4.6	2.2
学年 5・6年	632	26.9	20.2	321	87	2	2.9	221	0.49	0.55	23	5.5	2.6

お願い  
給食費を滞納されますと、「食材の購入・支払い」や「献立の内容」  
等に影響が及びますので、毎月の給食費の口座引落しに、ご協  
力お願いします。

◎ 都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。