



# 6月 学校給食献立表



月		火		水		木		金																
日	献立名	材料名	日	献立名	材料名	日	献立名	材料名	日	献立名	材料名													
1	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	2	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	3	パックラーメン	道産小麦 かんすい	4	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)													
	のっぺいじる	とうふ あぶらあげ だいこん にんじん ながねぎ とりにく ごぼう しょうゆ ほんみりん でんぶしん こめあぶら かつおだし こんぶだし		なめこのみそしる	なめこ にんじん ながねぎ あぶらあげ とうふ わかめ てづくりみそ にぼしだし かつおのもと		とんこつラーメン	ふたにく もやし はくさい にんじん たまねぎ じゃがいも にんじん たまねぎ カレールウ しょうが にんにく こめあぶら トマトジュース ケチャップ		カレーライス	ふたにく じゃがいも にんじん たまねぎ カレールウ しょうが にんにく こめあぶら トマトジュース ケチャップ	5	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)										
	あつやきたまご	たまご さとう		いわしのうめしそに	いわし うめ さとう		はるまき	キャベツ たまねぎ こむぎこ にんじん こめあぶら		チキンカツ	とりにく パンこ こめあぶら		にくだんごのごみそだれ(2こ)	とりにく たまねぎ ふたにく パンこ こめ さとう										
きんぴらごぼう	ごぼう にんじん つきこんにやく ベーコン しょうゆ さんおんとう かつおだし こめあぶら こま	にくじゃが	ふたにく じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき しょうゆ ほんみりん さんおんとう かつおだし こめあぶら	キャベツとささみのサラダ	とりにく キャベツ きゅうり だいこん ドレッシング	きゅうりとにんじんのつけもの	きゅうり にんじん しょうゆ ほんみりん かつおだし しょうが	やさいのオイスターソースいため	ふたにく キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン しょうが こめあぶら さんおんとう しょうゆ オイスターソース でんぶしん															
エネルギー 565 692			エネルギー 600 726		エネルギー 620 701		エネルギー 675 813		エネルギー 608 735															
8	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	9	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	10	コッパパン	道産小麦 スキムミルク	11	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)													
	はくさいとミートボールのスープ	とりにく はくさい こまつな にんじん はるさめ ちゅうかだし しょうゆ		あつあげとキャベツのみそしる	あつあげ キャベツ にんじん ながねぎ てづくりみそ にぼしだし かつおのもと		ふかがわさんアスパラのクリームに	ベーコン グリーンアスパラガス じゃがいも はくさい にんじん たまねぎ しめじ とうもろこし スキムミルク クリームシチューのもと なまクリーム パター チーズ		ポテトスープ	ベーコン じゃがいも にんじん キャベツ たまねぎ コンソメ しょうゆ	12	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)										
	ぎょうざ(2こ)	とりにく ふたにく にら たまねぎ キャベツ こむぎこ		コーンたっぷりフライ	とうもろこし パンこ きゅうり にゅう こむぎこ こめあぶら		トマトビーンズオムレツ	だいず たまご ケチャップ		ビーフコロック	じゃがいも たまねぎ きゅうりにく パンこ こめあぶら		さばのトマみそに	さば みそ さとう ケチャップ										
やきぶたときゅうりのあえもの	ふたにく きゅうり キャベツ さんおんとう しょうゆ こめあぶら	ツナそぼろ	まぐろ にんじん しょうゆ さんおんとう ほんみりん こま	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー とうもろこし さんおんとう しょうゆ 酢(す) こめあぶら	コーンソテー	とうもろこし ウィナー えだまめ こめあぶら コンソメ	ぶたにくとたまねぎのいためもの	ふたにく にんじん たまねぎ ピーマン しょうが にんにく しょうゆ ほんみりん こめあぶら さんおんとう でんぶしん															
エネルギー 599 726			エネルギー 612 741		エネルギー 614 817		エネルギー 652 781		エネルギー 655 785															
15	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	16	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	17	パックうどん	道産小麦	18	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)													
	コンソメスープ	マカロニ ベーコン にんじん キャベツ たまねぎ コンソメ しょうゆ		ちょいからみそしる	キャベツキムチ はくさい ながねぎ にんじん にら ふたにく てづくりみそ こめあぶら かつおだし しょうゆ さんおんとう		けんちんうどん	とりにく だいこん にんじん ごぼう しめじ ながねぎ あぶらあげ とうふ なたね しょうゆ さんおんとう ほんみりん こんぶだし かつおのもと でんぶしん		とうふのスープ	ベーコン とうふ もやし はくさい にんじん ながねぎ ちゅうかだし しょうゆ	19	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)										
	チキンのオープンやき	とりにく チーズ パンこ		イカメンチ	イカ たまねぎ にんじん ながねぎ パンこ こめあぶら		とりてんぷら	とりにく あげたま(こむぎこ) こめあぶら		てりやきチキン	とりにく しょうゆ でんぶしん さとう		せんべいじる	とりにく ごぼう にんじん しめじ ながねぎ つきこんにやく しいたけ せんべい しょうゆ かつおだし とりからスープ こめあぶら										
ふたにくのトマトに	ふたにく たまねぎ にんじん ピーマン パター トマトジュース トマトルウ コンソメ にんにく でんぶしん	ぶたにくとだいこんのてりに	ふたにく だいこん ながねぎ にんじん しょうが こめあぶら しょうゆ てづくりみそ ほんみりん さんおんとう かつおだし	なめたけあえ	もやし こまつな なめたけ しょうゆ	はるさめとくきわかめのちゅうかサラダ	はるさめ くきわかめ にんじん キャベツ きゅうり ドレッシング こめあぶら	きりぼしだいこん	だいこん ひじき にんじん つきこんにやく せつちゅうしいたけ あぶらあげ しょうゆ さんおんとう ほんみりん かつおだし こめあぶら															
エネルギー 619 800			エネルギー 641 782		エネルギー 572 662		エネルギー 563 685		エネルギー 614 773															
22	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	23	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	24	背割りコッパパン	道産小麦 スキムミルク	25	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)													
	ハヤシライス	ふたにく だいのこ しめじ たまねぎ にんじん にんにく しょうが パター ケチャップ ハヤシルウ なまクリーム トマトジュース		はくさいのみそしる	はくさい にんじん あぶらあげ わかめ てづくりみそ にぼしだし かつおのもと		だいこんとベーコンのスープ	だいこん にんじん とうもろこし ベーコン コンソメ		ワンタンスープ	ふたにく ワンタン わかめ ながねぎ にんじん ちゅうかだし しょうゆ	26	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)										
	ハッシュドポテト(2こ)	じゃがいも こめあぶら		わふうきんぴらつつみやき	とりにく たまねぎ ごぼう とうふ にんじん		フランクフルトのケチャップかけ	フランクフルト ケチャップ さんおんとう		たまねぎコロック	たまねぎ にんじん かつお パンこ こめあぶら		かぼちゃだんごじる	とりにく かぼちゃ あぶらあげ にんじん ごぼう ながねぎ かつおだし こんぶだし しょうゆ ほんみりん こめあぶら										
だいこんサラダ	だいこん きゅうり にんじん まぐろ ドレッシング	こうやとうふのそぼろに	とりにく ふたにく こうやとうふ えだまめ にんじん たまねぎ しいたけ しょうゆ ほんみりん さんおんとう かつおだし でんぶしん こめあぶら	コーンサラダ	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし ドレッシング	マーボーとうふ	とうふ ふたにく たまねぎ にんじん ながねぎ しめじ しょうが にんにく テンメンジャン オイスターソース さんおんとう でんぶしん こめあぶら	ごまあえ	もやし はくさい こまつな しょうゆ さんおんとう こま															
エネルギー 670 818			エネルギー 592 722		エネルギー 534 768		エネルギー 645 776		エネルギー 729 862															
29	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	30	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>平均栄養価</th> <th>小学校</th> <th>中学校</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>619</td> <td>758</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質(g)</td> <td>24.8</td> <td>29.1</td> </tr> <tr> <td>しぼう(g)</td> <td>20.7</td> <td>22.7</td> </tr> <tr> <td>えんぶん(g)</td> <td>2.6</td> <td>3.1</td> </tr> </tbody> </table>		平均栄養価	小学校	中学校	エネルギー(kcal)	619	758	たんぱく質(g)	24.8	29.1	しぼう(g)	20.7	22.7	えんぶん(g)	2.6	3.1	<p><b>今月(こんげつ)の地場産物(じばさんぶつ)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆深川産(ふかがわさん)ななつぼし</li> <li>◆トマトジュース ◆ケチャップ</li> <li>◆トマトビーンズオムレツ</li> <li>◆てづくりみそ</li> <li>◆せつちゅうしいたけ</li> <li>◆グリーンアスパラガス</li> </ul>	<p><b>*牛乳は毎日付きます。</b></p> <p><b>*スプーンは、マークのある日のみ付いています。</b></p> <p><b>*はしは忘れなくて、毎日持ってきましょう。</b></p> <p><b>*都合により献立の一部が変更になる場合がありますので、ご了承ください。</b></p> <p><b>◎給食費は食材料のみに賄われています。忘れずに納入しましょう。</b></p>
	平均栄養価	小学校		中学校																				
	エネルギー(kcal)	619		758																				
たんぱく質(g)	24.8	29.1																						
しぼう(g)	20.7	22.7																						
えんぶん(g)	2.6	3.1																						
いなかじる	とりにく さといも とうふ あぶらあげ ながねぎ しめじ にんじん だいこん はくさい しょうゆ にんにく さんおんとう かつおだし こんぶだし こめあぶら	ちゅうかたまごスープ	たまご とうふ だいのこ はるさめ ながねぎ ちゅうかだし しょうゆ でんぶしん	しょうろんぽー(2こ)	ふたにく とりにく キャベツ たまねぎ こむぎこ	はるさめのいためもの	はるさめ ふたにく にんじん チンゲンサイ だいのこ しょうが しいたけ ごまあぶら さんおんとう しょうゆ オイスターソース	さけメンチカツ	さけ たまねぎ パンこ こめあぶら	もやしとあぶらあげのあえもの	もやし きゅうり にんじん あぶらあげ しょうゆ 酢(す) さんおんとう こめあぶら こま													
エネルギー 620 765			エネルギー 629 755																					

魚の付く日は、魚の小骨に気を付けて食べてくださいね!

※アレルギーに関するお問い合わせは、各学校にご確認ください。