



6月の給食献立予定表

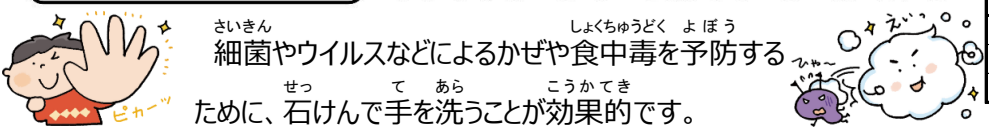


日	曜	献立名	お知らせ	エネルギーのもと	からだをつくるもと	からだのちょうしをととのえるもと	エネルギー kcal	給食がお休み	
1	火	ごはん あじつけのり 牛乳 五目厚焼きたまご おひたし 豚汁	朝食モデルメニュー	ごはん でん粉 さとう じゃがいも	油 たまご ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 ひじき のり 小松菜	ほうれん草 たけのこ 長ねぎ もやし だいこん こんにやく 玉ねぎ	幼 469 小 576 中 723	
2	水	麦ごはん 菜の花ふりかけ 牛乳 かぼちゃチーズはるまき チャプスイ		麦ごはん はるまきの皮 でん粉	ごめ油 ごま油 うずらたまご	ぶた肉 かまぼこ 牛乳 チーズ	かぼちゃ にんじん さやいんげん キャベツ	幼 124 小 664 中 -	幼牛乳のみ 中学校
3	木	ソフトめん 牛乳 ポテトとじゃこのチーズ焼き ブロッコリーサラダ カレーなんばん	かみかみ week 4日~10日	ソフトめん じゃがいも	カレールウ ドレッシング ごめ油	ぶた肉 ハム 牛乳 しらす チーズ	にんじん ブロッコリー にんにく 玉ねぎ きゅうり ほししいたけ キャベツ	幼 550 小 624 中 -	中学校
4	金	麦ごはん 牛乳 ししゃもフライ いりどり キャベツのみそ汁		麦ごはん パン粉 さとう じゃがいも	ごめ油 ごめ油 とり肉 油あげ とうふ みそ	牛乳 ししゃも にんじん さやいんげん 小松菜	ごぼう こんにやく ほししいたけ たけのこ 玉ねぎ キャベツ	幼 478 小 597 中 789	
7	月	麦ごはん 牛乳 いかのチリソース煮 もち米肉だんご 春雨スープ	6月4日~10日は 歯と口の健康週間	麦ごはん 小麦粉 もち米 はるさめ		牛乳 いかに ぶた肉	にんじん 小松菜 ほししいたけ 玉ねぎ しょうが	幼 565 小 - 中 868	小学校
8	火	黒パン 牛乳 とり肉のバジル焼き ごぼうサラダ やさいスープ		黒パン	マヨネーズ オリーブオイル ごま	とり肉 ハム 牛乳 ベーコン	にんじん 小松菜 ごぼう キャベツ きゅうり 玉ねぎ とうもろこし にんにく	幼 537 小 634 中 802	
9	水	麦ごはん 牛乳 とうふハンバーグきのこあんかけ ユッケジャンスープ 青のり小魚		麦ごはん でん粉 小麦粉	ごめ油 ごま	とうふ ぶた肉 牛乳 青のり にぼし	にんじん にら 小松菜 えのきたけ しめじ しょうが にんにく もやし 長ねぎ 玉ねぎ	幼 124 小 648 中 803	幼牛乳のみ
10	木	カットコッペパン 牛乳 チリコンカン とり肉とじゃがいものスープ 豆乳かぼちゃプリン		パン 米粉 じゃがいも さとう	ごめ油	ぶた肉 だいす とり肉 とうにゆう	にんじん 小松菜 かぼちゃ	幼 522 小 624 中 785	
11	金	麦ごはん 牛乳 とり肉のアップルソースかけ シャキシャキポテトサラダ 玉葱のみそ汁		麦ごはん でん粉 さとう じゃがいも	ごめ油 マヨネーズ	とり肉 とうふ 油揚げ みそ ハム	にんじん 小松菜 にんにく りんご キャベツ レモン 玉ねぎ きゅうり	幼 596 小 724 中 904	
14	月	ごはん 牛乳 豚カツたまごとじ ミニトマト けんちん汁	地産地消week 福島のめぐみを 食べよう	ごはん 小麦粉 でん粉 じゃがいも	ごめ油 ごま	ぶた肉 たまご とうふ みそ	みつば ミニトマト にんじん 長ねぎ	幼 505 小 613 中 773	
15	火	サンドパン 牛乳 オムレツミートソースかけ ひじきサラダ オニオンスープ		パン	ごめ油 ドレッシング	たまご ぶた肉 マグロフレーク ひじき ベーコン	にんじん トマト パセリ 玉ねぎ レモン きゅうり キャベツ とうもろこし えのきたけ	幼 505 小 602 中 -	中学校
16	水	ごはん 牛乳 かつおのあげびたし 青菜ののりごまあえ 呉汁		ごはん さとう じゃがいも	ごめ油 でん粉 ごま	かつお ぶた肉 だいす とうふ みそ	にんじん ほうれん草 しょうが もやし 玉ねぎ だいこん 長ねぎ	幼 124 小 665 中 833	幼牛乳のみ
17	木	コッペパン りんごジャム 牛乳 鶏の唐揚げ まめまめサラダ かぼちゃポタージュ		パン ジャム でん粉 さとう	ごめ油 バター オリーブオイル 生クリーム	とり肉 ハム だいす ベーコン 金時豆	にんじん かぼちゃ パセリ えだまめ とうもろこし キャベツ 玉ねぎ マッシュルーム	幼 564 小 661 中 840	
18	金	ごはん 牛乳 青じそ入り鶏つくね きんぴらごぼう なめこ汁	食育week 21日~25日	ごはん さとう じゃがいも	ごめ油 ごま	とり肉 とうふ みそ	青じそ にんじん ほうれん草	幼 - 小 608 中 738	幼稚園
21	月	麦ごはん 牛乳 いわしの梅煮 ☆みそじゃが わかめとふのみそ汁	みんなで食べる国見の日 (食卓図鑑) ☆小坂地区 後藤さん	麦ごはん さとう ふ じゃがいも	ごめ油 ごま	いわし みそ とうふ	こねぎ うめぼし 玉ねぎ	幼 535 小 665 中 831	
22	火	麦ごはん 牛乳 とり肉の照り焼き ◎たけのこ入り切り干し大根の煮物 青菜のみそ汁	◎高知県郷土食	麦ごはん さとう じゃがいも	ごめ油	とり肉 みそ とうふ ぶた肉 油あげ	にんじん 小松菜 たけのこ 切り干し大根 しょうが キャベツ	幼 528 小 - 中 836	小学校
23	水	麦ごはん 牛乳 さばのみそ煮 ごま和え 肉じゃが		麦ごはん さとう じゃがいも	ごま ごめ油	さば みそ ぶた肉	にんじん 小松菜 もやし 玉ねぎ こんにやく えだまめ	幼 124 小 - 中 857	幼牛乳のみ 小学校
24	木	サンドパン 牛乳 ハンバーグケチャップソース ゆでキャベツ コーンポタージュ ぶどうゼリー	6月生まれのお誕生日 おめでとう給食 *****	パン さとう	ルウ 生クリーム ごめ油	とり肉 ぶた肉 牛乳 チーズ スキムミルク	にんじん 玉ねぎ キャベツ とうもろこし ぶどう	幼 584 小 704 中 883	
25	金	麦ごはん 牛乳 海藻サラダ ポークカレー オレンジ	カミカミ給食	麦ごはん じゃがいも さとう	ごま油 ごめ油 カレールウ	ぶた肉 牛乳 チーズ わかめ スキムミルク	にんじん もやし きゅうり キャベツ とうもろこし にんにく えだまめ 玉ねぎ オレンジ	幼 528 小 673 中 841	
28	月	麦ごはん 牛乳 さけのコーンマヨネーズ焼き ミニトマト きのこと野菜のみそ汁		麦ごはん じゃがいも	マヨネーズ	さけ みそ とうふ	ミニトマト にんじん 小松菜 とうもろこし しめじ こんにやく 玉ねぎ だいこん	幼 487 小 630 中 -	中学校
29	火	サンドパン 牛乳 キャベツメンチカツ・メンチソース マカロニサラダ ミネストローネ		パン パン粉 さとう マカロニ じゃがいも	ごめ油 マヨネーズ	ぶた肉 とり肉 白いんげん豆 ベーコン	にんじん トマト パセリ キャベツ 玉ねぎ にんにく きゅうり	幼 596 小 695 中 881	
30	水	麦ごはん 牛乳 ホイコーロー しゅうまい ワンタンスープ		麦ごはん ワンタン でん粉	ごめ油 ごま油	ぶた肉 とり肉	ピーマン にんじん 長ねぎ もやし しょうが 玉ねぎ 干ししいたけ	幼 124 小 607 中 793	幼牛乳のみ

材料の都合により献立が変更になることもありますのでご了承ください。

使用食材については毎日、放射性物質の測定を行っています。

いただきます!の前に 石けんで手を洗いましょう



エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	食物繊維 g	食塩 g
小643	25	20.8	78.1	365	4.7	2.4
中821	30.6	24.1	110.3	384	5.5	2.9
幼437	17.3	16	48.6	309	2.8	1.6