

6月学校給食献立表

【 用 】

東員町学校給食センター

日	ようび	こ ん だ て	あか 体をつくる素になるもの	き エネルギーの素になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	エネルギー kcal
2	月	ごはん めかじき タッカルビ ポーミトン	ぎゅうにゅう とり ベーコン たまご	ごはん ごまあぶら さつまいも さとう かたくりこ	しょうが にんにく キャベツ にんじん ねぎ コーン パセリ	453
3	火	ごはん めかじき わかさぎフリッター ポンすあえ とうにゅうじる	ぎゅうにゅう わかさぎ わかめ あぶらあげ とうにゅう みそ	ごはん あぶら じゃがいも	ほうれんそう キャベツ えのきたけ たまねぎ ごぼう にんじん ねぎ	445
4	水	ひじきそぼろどん ぎゅうにゅう こんさいチップス	とり へひじき こうやどうふ ぎゅうにゅう	ごはん あぶら さとう ごま さつまいも	にんじん こんにゃく えだまめ れんこん	475
5	木	ごはん めかじき めかじきのうめみそやき ごまあえ ちくぜんに	ぎゅうにゅう めかじき みそ とり あつあげ	ごはん さとう ごま あぶら	うめ ほうれんそう もやし ごぼう れんこん にんじん たけのこ こんにゃく ほししいたけ さやいんげん	466
6	金	パン めかじき てりやきチキン ブロッコリーサラダ カレーポトフ	ぎゅうにゅう とり ソーセージ	パン さとう かたくりこ ドレッシング じゃがいも	しょうが ブロッコリー コーン キャベツ たまねぎ エリンギ こまつな	515
9	月	ごはん めかじき チャプチェ にくだんこのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんこ	ごはん ごまあぶら はるさめ さとう ごま	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ ビーマン もやし えのきたけ チンゲンサイ	457
10	火	わかめごはん めかじき かつおのねぎソースがけ はりはりづけ にくじゃが	わかめ めかじき かつお しおこんぶ ぶたにく	ごはん さとう ごまあぶら ごま じゃがいも	ねぎ きりぼしだいこん きゅうり たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ	455
11	水	ごはん めかじき とりにくとポテトのちゅうかあんかけ もずくスープ	ぎゅうにゅう とり もずく かまぼこ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま ごまあぶら かたくりこ	にんじん たまねぎ れんこん もやし えのきたけ チンゲンサイ	463
12	木	さくらボークのピビンバ ぎゅうにゅう オクラのすましじる	ぶたにく たまご みそ ぎゅうにゅう くきわかめ とうふ あぶらあげ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま	しょうが にんにく ほうれんそう もやし にんじん オクラ ほししいたけ ねぎ	459
13	金	パン めかじき かめやまみそやきうどん ちくさあえ さくらんぼゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく やきちくわ みそ ローズハム	パン やきうどん あぶら さとう ごまあぶら さくらんぼゼリー	キャベツ たまねぎ にんじん ビーマン にんにく ねぎ こまつな もやし	588
16	月	ごはん めかじき ホイコーロー いらとはるさめのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ あぶらあげ	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ はるさめ	しょうが にんにく キャベツ にんじん たけのこ ビーマン もやし ほししいたけ いら	465
17	火	ごはん めかじき あじのしょうがに ごぼうサラダ なすのみそじる	ぎゅうにゅう あじ やきちくわ とうふ あぶらあげ みそ	ごはん さとう かたくりこ ドレッシング	しょうが ごぼう コーン なす しめじ ねぎ	458
18	水	ツナちらしずし ぎゅうにゅう こうやどうふのあえもの	ツナ たまご めかじき こうやどうふ かつおぶし	ごはん さとう あぶら ごま	さやいんげん キャベツ	471
19	木	食育の日 ごはん めかじき ごまキャベツ あおさのみそじる	ぎゅうにゅう ぶたにく あおさのり とうふ みそ	ごはん かたくりこ ごま	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ だいこん ねぎ	459
20	金	パン めかじき コーンとチーズのサラダ チリコンカン	ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく だいず	パン ドレッシング あぶら さとう	キャベツ コーン にんにく たまねぎ ビーマン トマト	530
23	月	ごはん めかじき しゅうまい かみかみナムル チャーハンとうふ	ぎゅうにゅう しゅうまい くきわかめ ぶたにく あつあげ	ごはん ごまあぶら かたくりこ	もやし ほうれんそう にんにく しょうが たけのこ チンゲンサイ たまねぎ ねぎ	457
24	火	ごはん めかじき ぶりのてりやき すのもの とんじる	ぎゅうにゅう ぶり わかめ ぶたにく みそ	ごはん さとう かたくりこ	しょうが きゅうり コーン たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	439
25	水	ガパオライス ぎゅうにゅう ワンタンスープ	ぶたレバー ぶたにく とり ぎゅうにゅう めかじき あぶらあげ	ごはん ごまあぶら さとう ワンタン	にんにく しょうが たまねぎ ビーマン あかパプリカ にんじん もやし チンゲンサイ	448
26	木	ごはん めかじき いかのレモンふうみあげ ジャーマンポテト コンソメスープ	ぎゅうにゅう いか ベーコン とり	ごはん あぶら さとう じゃがいも バター	レモン たまねぎ パセリ たまねぎ にんじん だいこん エリンギ ブロッコリー	467
27	金	パン めかじき しおやきそば ゼリーフルーツ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか かつおぶし	パン やきそばめん あぶら ももゼリー	ビーマン にんじん もやし キャベツ たまねぎ みかん もも パイナップル	561
30	月	ごはん めかじき カレーどうふ かつおのごまサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ かつお かんてん	ごはん カレールウ ごまあぶら さとう ごま	にんにく しょうが ほししいたけ たけのこ たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり	500
簡易給食		チキンライス ハンバーグ マカロニサラダ ※家庭よりお茶の持参をお願いします。	ハンバーグ だいず	ごはん マカロニ ドレッシング	コーン	354

(都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。)



毎年6月は国が定める「食育月間」です。感謝の気持ちを込めて「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつをする、はしの正しい持ち方を意識する、家族みんなで食事を楽しむなど、できることから取り組んでみましょう。