



# 徳島市小学校給食予定献立表

令和6年 6月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材料名(食品名)		
			赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
3	月	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 はくさいの付け合わせ ポン酢しょうゆ 豚肉とごぼうの炒め煮	牛乳 いわしの梅煮 豚肉 さつまあげ	はくさい ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油 白ごま
4	火	ごはん 牛乳 八宝菜 揚げぎょうざ	牛乳 豚肉 えび いか ぎょうざ	しょうが にんじん たまねぎ はくさい ヤングコーン さやいんげん にんにく	精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん
5	水	ごはん 牛乳 焼肉 厚焼き卵	牛乳 豚肉 赤みそ 白みそ 厚焼き卵	たまねぎ ピーマン キャベツ にんじん りんご にんにく	精白米 強化米 油 さとう 黒ごま ごま油
6	木	玄米ごはん 牛乳 ホキのレモン風味 にらたまスープ	牛乳 ホキ ベーコン とうふ、卵	レモン汁 たまねぎ にんじん にら	精白米 強化米 玄米 でんぷん 油 さとう
7	金	(ごはん) 牛乳 ハヤシライス グリーンアスパラとコーンのごまじょうゆ	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん にんにく グリーンピース トマトピューレ アスパラガス とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース さとう 白ごま
10	月	ごはん 牛乳 かますフライ ポイルキャベツ ウスターソース みそ汁	牛乳 かますフライ とうふ、油揚げ 赤みそ 白みそ	キャベツ かぼちゃ たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 油
11	火	ごはん 牛乳 親子煮 きゅうりとわかめの酢の物 ハニーピーナッツ	牛乳 とり肉 がんもどき かまぼこ 卵 わかめ	たけのこ 干しいたけ たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり	精白米 強化米 油 さとう ハニーピーナッツ
12	水	ごはん 牛乳 マーボーれんこん えだまめサラダ ごまドレッシング	牛乳 豚肉 赤みそ	しょうが にんにく れんこん たまねぎ にんじん 生しいたけ さやいんげん キャベツ えだまめ とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう ごま油 でんぷん ラー油 ごまドレッシング
13	木	玄米ごはん 牛乳 肉じゃが きゅうりのかおりづけ 黒砂糖豆	牛乳 豚肉 ちくわ 大豆	にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ きゅうり	精白米 強化米 玄米 じゃがいも 油 さとう ごま油 黒砂糖
14	金	(ごはん) 牛乳 阿波のかきあげ丼 かきあげ丼たれ ふしめん汁	牛乳 ちくわ ちりめん わかめ 卵 かまぼこ	たまねぎ キャベツ にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 さつまいも 小麦粉 でんぷん 油 ふしめん
17	月	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 塩昆布あえ ひじきのいため煮	牛乳 さばのみそ煮 塩昆布 とり肉 ひじき がんもどき 大豆	はくさい こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう
18	火	ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 和風サラダ 和風ドレッシング 小魚アーモンド	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 小魚	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 さとう 油 アーモンド
19	水	(ごはん) 牛乳 夏野菜入りカレー フルーツゼリーミックス	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん かぼちゃ ピーマン なす にんにく みかん 黄桃 パイン	精白米 強化米 じゃがいも カレールウ 油 ゼリー
20	木	玄米ごはん 牛乳 とり肉のからあげ ミニトマト レタスのスープ	牛乳 とり肉 ベーコン	しょうが ミニトマト レタス たまねぎ にんじん パセリ とうもろこし	精白米 強化米 玄米 でんぷん 油
21	金	ごはん 牛乳 うま煮 おひたし アセロラゼリー	牛乳 豚肉 厚揚げ さつまいも	にんじん こんにゃく さやいんげん キャベツ	精白米 強化米 じゃがいも さとう 巨峰ゼリー
24	月	ごはん 牛乳 あじのフライ ウスターソース 野菜いため ふりかけ(しそかつお)	牛乳 あじのフライ 豚肉 いか	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ヤングコーン	精白米 強化米 油 ごま油
25	火	ごはん 牛乳 ポークビーンズ 海藻サラダ オニオンドレッシング	牛乳 大豆 大福豆 金時豆 豚肉 ベーコン わかめ	たまねぎ にんじん パセリ トマトピューレ きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも 油 バター さとう 生クリーム オニオンドレッシング
26	水	(ごはん) 牛乳 キムチ丼 ポークしゅうまい パワフルチーズ	牛乳 豚肉 ポークしゅうまい チーズ	キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく	精白米 強化米 油 さとう ごま油 白ごま
27	木	玄米ごはん 牛乳 筑前煮 大豆とちりめんの揚げ煮	牛乳 とり肉 ちくわ 大豆 ちりめん	れんこん ごぼう にんじん たけのこ こんにゃく さやいんげん しょうが	精白米 強化米 玄米 油 さとう でんぷん 白ごま
28	金	食パン 牛乳 大豆ペースト とうもろこし	牛乳 ベーコン いか	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマトピューレ とうもろこし	食パン 大豆ペースト スパゲティ 油

☐は食育の日です。6月は夏野菜カレーを実施します。かぼちゃ、ピーマン、なすなど、徳島県でとれた旬の夏野菜がたっぷり入っています。夏野菜のおいしさを味わっていただきましょう。