

# 令和6年6月 学校給食予定献立表

日	よう日	こんだてめい		しょくひんめい				E kcal
				赤の仲間 血や肉になる		緑の仲間 体の調子を整える		
3	月	ごはん	牛乳 切り干しそぼろ丼 みそけんちん汁	牛乳 豆腐	とり肉 ぶた肉 油揚げ みそ	切り干しだいこん にんじん ごまつな しょうが こんにやく ごぼう ねぎ	たまねぎ しょうが ごま油 さとう ごま さいも	616
4	火	ごはん	// 豆腐の中華風煮 かみかみサラダ	牛乳 大豆	豆腐 ぶた肉	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ 干しいたけ チンゲンサイ えだまめ ごぼう れんこん キャベツ	米 油 さとう でんぷん イタリアンドレッシング	630
5	水	ごはん	// 肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 ちりめん	ぶた肉 わかめ	たまねぎ にんじん こんにやく えだまめ きゅうり ごまつな	米 じゃがいも 油 さとう	608
6	木	ごはん	// あじフライ パックソース ポイルキャベツ 卵入り春雨スープ	牛乳 とり肉	あじフライ たまご	キャベツ にんじん たまねぎ ごまつな	米 油 はるさめ でんぷん	610
7	金	ごはん	// とり肉とこんにやくのみそ煮 すだち酢あえ	牛乳	とり肉 みそ	たけのこ こんにやく にんじん しょうが キャベツ ごまつな	米 じゃがいも 油 さとう	565
10	月	ごはん	// 厚揚げのオイスターソース炒め 春巻き	牛乳	とり肉 厚揚げ 春巻き	にんにく しょうが にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン	米 油 さとう	672
11	火	ごはん	// いわしのみぞれ煮 もやしのおひたし さつま汁	牛乳 とり肉	いわしのみぞれ煮 油揚げ みそ	ごまつな もやし にんじん えのきたけ だいこん こんにやく ごぼう ねぎ	米 さとう さつまいも	604
12	水	麦ごはん	// ハヤシライス 豆乳ゼリー入りフルーツポンチ	牛乳 豆乳ゼリー	ぶた肉	にんにく たまねぎ にんじん えだまめ みかん パイナップル もも	米 おおむぎ 油 じゃがいも ハヤシル デミグラスソース カクテルゼリー さとう	628
13	木	うめちり ごはん	// 高野豆腐の卵とじ 塩昆布あえ	牛乳	高野豆腐 とり肉 かまぼこ たまご 塩昆布 梅ちりめん ごはんの素	たまねぎ にんじん 干しいたけ グリーンピース キャベツ きゅうり	米 油 じゃがいも さとう	591
14	金	ごはん	// 豚キムチ丼 揚げぎょうざ	牛乳	ぶた肉 ぎょうざ	キャベツ 白菜キムチ もやし にら たまねぎ にんじん にんにく	米 ごま油 ごま油 さとう	607
17	月	ごはん	// 麻婆豆腐 切り干しだいこんのツナあえ	牛乳 とり肉	豆腐 ぶた肉 みそ ツナ	ねぎ 干しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ えだまめ にんにく しょうが 切り干しだいこん ごまつな	米 油 さとう でんぷん ごま	618
18	火	ごはん	// とり肉と玉ねぎの照り焼き きゅうりのかおりづけ かきたま汁	牛乳 たまご	とり肉 豆腐 わかめ	たまねぎ きゅうり ごまつな にんじん えのきたけ	米 さとう 油 でんぷん ごま油	601
19	水	ごはん	// じゃがいものそぼろ煮 ゆず酢あえ	牛乳	とり肉 ちりめん	たまねぎ にんじん こんにやく えだまめ しょうが キャベツ ごまつな ゆず酢	米 油 じゃがいも さとう	568
20	木	ごはん	// からあげのすだち風味 あえもの 貝だくさん豆乳みそ汁	牛乳 みそ	とり肉 豆腐 豆乳	すだち酢 にんじん キャベツ たまねぎ しめじ はくさい ごまつな ねぎ	米 でんぷん 油 さとう	648
21	金	ごはん	// 夏野菜カレー 海藻サラダ	牛乳	とり肉 わかめ ツナ	にんにく たまねぎ にんじん なす ピーマン えだまめ すりおろしりんご キャベツ きゅうり もやし	米 油 じゃがいも カレーウ 青じそドレッシング	595
24	月	チャーハン	// マカロニのクリーム煮 野菜サラダ	牛乳	ぶた肉 とり肉 ビーンズビュレ 生クリーム	にんにく たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ ほうれんそう ブロッコリー えだまめ きゅうり キャベツ	米 ごま油 マカロニ 油 バター ペンチメルソース 野菜いっぱい和風ドレッシング	633
25	火	ごはん	// さばの塩焼き きゅうりのゆかりあえ 大豆入りきんぴらごぼう	牛乳 さつま揚げ	さば ぶた肉 大豆	きゅうり 赤しそ こんにやく ごぼう にんじん さやいんげん	米 油 さとう ごま油 ごま	656
26	水	ごはん	// ハンバーグケチャップソース キャベツとコーンのサラダ コンソメスープ	牛乳 とり肉	ハンバーグ	キャベツ コーン たまねぎ にんじん ごまつな	米 さとう イタリアンドレッシング 油 じゃがいも	599
27	木	ごはん	// とり肉とごぼうのうま煮 小松菜とれんこんのごまあえ 鉄っこひじき	牛乳 鉄っこひじき	とり肉 厚あげ	ごぼう にんじん こんにやく えだまめ ごまつな れんこん えのきたけ	米 さとう 油 ごま	587
28	金	少なめ ごはん	// 親子うどん おかかあえ	牛乳 たまご	とり肉 油揚げ ほぐしささみ 味かつお	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ しょうが ごまつな もやし キャベツ	米 うどん さとう	557

◎悪天候などにより、材料や献立が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

( 小学校  
中学年基準 )

石井町産の野菜

6月の石井町産の野菜は、きゅうり、じゃがいも、たまねぎです。