

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

6月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
2/木	ビビンバ 冬瓜とフォーの中華スープ	米 油 さとう ごま油 いりごま フォー	牛肉 豚肉 わかめ	太もやし ニラ にんじん とうがん ほうれんそう コーン にんにく しょうが	豚肉 かつお 青ねぎ お好み焼き粉 キャベツ 天かす たまご ソース
	お好み焼き①③				
3/金	鮭のあられ焼き ごぼうの炒め物 豚汁	米 こんにやく マヨネーズ あられ ごま油 さとう	鮭 豚ミンチ ひらてん 豚肉 木綿豆腐 みそ	ささがきごぼう にんじん グリーンピース だいこん 青ねぎ	きらず揚げ さつまいもチップス 豆乳 りんごジュース
	かみかみ ソイりんご	いりごま			
4/土	牛肉うどん くだもの	うどん さとう	牛肉	にんじん たまねぎ しいたけ 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
6/月	なす入り麻婆豆腐 はるさめサラダ	米 かたくり粉 さとう ごま油 いりごま	木綿豆腐 豚ミンチ 赤みそ はるさめ ロースハム	なす グリンピース にんじん きゅうり ピーマン たまねぎ しいたけ しょうが	食パン きなこ さとう バター
	きなこラスク①②				
7/火	さわらの塩焼き ブロッコリーのごま和え たまねぎのみそしる	米 いりごま	さわら 木綿豆腐 わかめ みそ	ブロッコリー たまねぎ にんじん 青ねぎ	ホットケーキミックス たまご きゅうりにゅう カレー粉 かぼちゃ チーズ
	かぼちゃのカレーケーキ①②③				
8/水	高野豆腐と野菜の煮物 チャブチェ	米 さとう はるさめ いりごま ごま油	高野豆腐 鶏肉 豚肉	たまねぎ しいたけ しめじ にんじん グリーンピース たけのこ 青ねぎ	とうもろこし
	とうもろこし				
9/木	春巻き ツナとほうれん草のサラダ もずくの中華スープ	米 春巻きの皮 はるさめ さとう 油	ツナ 豚肉 木綿豆腐 もずく	たまねぎ 青ねぎ にんじん ピーマン ほうれんそう もやし えのき	寒天 ぶどうジュース さとう カルピス
	あじさいゼリー②				
10/金	煮魚 五目豆 じゃがいものみそしる	米 さとう じゃがいも	カレイ 大豆 こんにやく みそ わかめ	だいこん さやいんげん たまねぎ にんじん 青ねぎ	くだもの
	くだもの				
11/土	わかめラーメン チーズ	中華麺	豚肉 わかめ チーズ	キャベツ もやし にんじん 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
13/月	カレーシチュー うめマヨサラダ	米 油 カレールウ じゃがいも マヨネーズ いりごま	牛肉	にんにく ほうれん草 しょうが キャベツ たまねぎ もやし にんじん 梅 かぼちゃ グリーンピース	ホットケーキミックス たまご きゅうりにゅう さとう バター いちごジャム
	いちご蒸しパン①②③				
14/火	スズキのごまがらめ きゅうりのツナマヨ和え かぼちゃと厚揚げのみそ汁	米 いりごま マヨネーズ	スズキ ツナ 厚揚げ みそ	きゅうり にんじん たまねぎ かぼちゃ 青ねぎ	のりセサミ いわしっ子 豆乳 りんごジュース
	かみかみ ソイりんご				
15/水	かわりしゅうまい ごぼうサラダ ニラの中華スープ	米 かたくり粉 さとう ごま油 シュウマイの皮 いりごま	豚ミンチ ツナ 豚肉	たまねぎ ニラ しいたけ しょうが ささがきごぼう にんじん きゅうり たけのこ	米 ツナ さとう
	ツナおにぎり	ごまドレッシング			
16/木	すき焼き風煮 マカロニのカレー炒め	米 糸こんにやく 油 麩 さとう マカロニ カレー粉	牛肉 焼き豆腐 豚ミンチ	たまねぎ にんじん 白菜 白ねぎ さやいんげん にんにく	食パン じゃがいも マヨネーズ パセリ
	じゃがマヨトースト①②				

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

6月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
17/金	鮭の生姜焼き にんじんときゅうりのゆかり和え 豚肉とキャベツのスープ	米 ゆかり	鮭 しらす干し 豚肉	しょうが 青ねぎ にんじん きゅうり たまねぎ キャベツ もやし	じゃがいも 油 青のり
	のり塩フライドポテト				
18/土	カレーうどん くだもの	うどん じゃがいも カレー粉 かたくり粉	鶏肉 油揚げ	たまねぎ にんじん 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
20/月	酢鶏 みそワントンスープ	米 かたくり粉 さとう ワントンの皮	鶏肉 豚肉	たまねぎ もやし にんじん ニラ しいたけ たけのこ トマト	ホットケーキミックス さとう たまご ぎゅうりにゅう バター にんじん
	キャロットケーキ①②③				
21/火	さばのカレー香味焼き きゅうり昆布 けんちん汁	米 カレー粉 いりごま	さば 塩昆布 豚肉 木綿豆腐 みそ	しょうが 青ねぎ きゅうり にんじん しいたけ さといも だいこん	米 ゆかり
	ゆかりおにぎり				
22/水	キャベツの八宝菜 大豆とじゃこのさつと煮	米 さとう かたくり粉 油	豚肉 大豆 しらす干し	たまねぎ 青ねぎ にんじん キャベツ しいたけ たけのこ しょうが	ヨーグルト バナナ ビスケット さとう
	手作りヨーグルト② ビスケット				
23/木	手羽元のさっぱり煮 三色和え 豚肉ともやしのスープ	米 さとう	手羽元 ロースハム かつお 豚肉	しょうが キャベツ ほうれんそう きゅうり 青ねぎ にんじん たまねぎ もやし	小麦粉 ベーキングパウダー さとう ぎゅうりにゅう 塩 バター ヨーグルト
	スコーン①②③ ソイオレンジ				
24/金	さわらの照り焼き ほうれんそうのおかか和え パンプキンスープ	米	さわら かつお 豆乳	しょうが ほうれんそう にんじん たまねぎ かぼちゃ パセリ	食パン ツナ マヨネーズ
	ツナサンド①②				
25/土	ちゃんぽん焼き チーズ	焼きそば麺 うどん 焼きそばソース	豚肉 かつお 青のり チーズ	にんじん たまねぎ キャベツ もやし	せんべい
	せんべい				
27/月	豆乳チャウダー ひじきの炒め煮	米 じゃがいも 油 こんにやく	鶏肉 豆乳 ひじき 油揚げ	にんじん たまねぎ コーン パセリ しいたけ グリーンピース	くだもの
	くだもの				
28/火	鮭の塩焼き リヨネーズポテト すまし汁	米 じゃがいも	鮭 ベーコン 木綿豆腐 わかめ	たまねぎ パセリ にんじん 青ねぎ	ホットケーキミックス さとう たまご ぎゅうりにゅう バター ほうれんそう
	ポパイケーキ①②③				
29/水	スタミナチキン ピーマンとこんにやくの甘辛炒め みそしる	米 さとう 糸こんにやく じゃがいも	鶏肉 油揚げ みそ	たまねぎ 青ねぎ にんにく しょうが ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン	ミニジャムパン 豆乳 りんごジュース
	お楽しみパン①②③ソイりんご				
30/木	ふくさたまご ブロッコリーのサラダ トマトスープ	米 さとう 油 マヨネーズ	たまご 豚ミンチ ツナ ベーコン	しいたけ たまねぎ グリーンピース にんじん しめじ トマト パセリ	じゃがいも バター
	じゃがバター②				

※アレルギー物質※

1. 小麦
2. 乳・乳製品
3. 卵
4. その他

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※