

6月 学校給食こんだて表 (幼・小学校用)

日 曜	こんだてめい	あか		き		みどり		給食のない 幼稚園・小学校
		体をつくるものになるもの	エネルギーのもとになるもの	体をつくるものになるもの	体の調子を整えるものになるもの			
1 月	たこめし たまごやき★◎ さんしよくひたし すましじる	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう たこ あぶらあげ たまごやき わかめ とうふ やわらかまほこ	しょうゆごぼん こんにやく さとう ごま ぶ	しいたけ にんじん しょうが きゅうり もやし あかピーマン えのき ねぎ	放生津小 新湊小		
2 火	ごはん あかうおのキムチあげ★ パンサンスー マーボー豆腐	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう あかうお たまご ぶたにく とうふ あかみそ	ごはん ごむぎこ あぶら はるさめ さとう でんぶん	にんじん きゅうり しょうが にんにく たまねぎ たけのこ しいたけ ねぎ オレンジ	放生津小		
3 水	コッペパン ポークチャップ はなやさいサラダ やさしいポトフ	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ぶたにく ウインナー しろいんげんまめ	コッペパン あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ いんげん しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー セロリ にんじん キャベツ			
4 木	ごはん さばのカレーやき ごもくだいず● じゃがいものみそしる	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう さば さつまあげ だいず みそ りんごヨーグルト	ごはん あぶら さとう じゃがいも	にんじん ごぼう いんげん えのき ねぎ たまねぎ	作道小4年		
5 金	ミニコッペパン こうなごのからあげ ビーンズサラダ★ かやくうどん	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう こうなご ミックスビーンズ あぶらあげ かまほこ	ミニコッペパン あぶら マヨネーズ ごま うどん	きゅうり キャベツ しいたけ にんじん たまねぎ ねぎ			
8 月	ごはん ししやもフライ(ぎよらん)★ はくさいとみすなのひたし おやこに●★	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ししやもフライ とりにく やわらかまほこ たまご	ごはん あぶら ごま じゃがいも さとう	はくさい きゅうり みすな にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ えだまめ	片口小3年		
9 火	うめごはん わかさぎのなんばんづけ こまつなのコーンあえ にらたまじる★	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう わかさぎ あぶらあげ とうふ たまご みそ	うめごはん さとう でんぶん あぶら	こまつな キャベツ コーン たまねぎ にら	放生津小5年		
10 水	しょうパン えびといかのチリソース●※ こんにやくサラダ ポテトスープ	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう いか えび だいず くさわかめ ベーコン	しょうパン でんぶん じゃがいも あぶら ごま さとうこんにやく ジャム ドレッシング カシューナッツ	にんにく ねぎ しょうが きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ パセリ	放生津小5年		
11 木	むぎごはん カレー◎ にくしゅうまい● アスパラのごまあえ	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ぶたにく チーズ にくしゅうまい	むぎごはん じゃがいも あぶら ごま さとう	たまねぎ にんにく しょうが にんじん アスパラ きゅうり アメリカンチェリー	片口小5年		
12 金	きりこみコッペパン チリコンカン ポイルやさしい もずくスープ★	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう きんときまめ ぶたにく もずく たまご	きりこみコッペパン あぶら さとう パンこ じゃがいも でんぶん	たまねぎ にんにく ブロッコリー にんじん はくさい えのき ねぎ	片口小5年		
15 月	ごはん しろえびとだいずのナッツがらめ●※ そくせきづけ ぶたじる	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう しろえび だいず ぶたにく みそ	ごはん でんぶん さとう じゃがいも さつまいもこんにやく カシューナッツ	はくさい きゅうり にんじん だいこん ねぎ			
16 火	ごはん とりのてりやき かいそうサラダ わかめとたまごのスープ★	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう とりにく かいそう たまご	ごはん あぶら さとう ごま でんぶん	しょうが にんにく にんじん きゅうり キャベツ はくさい パイン たけのこ しいたけ ねぎ			
17 水	こめこパン タンダーチキン◎ ポパイサラダ★ ミネストローネ	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう とりにく ベーコン ヨーグルト	こめこパン マヨネーズ ベーコン じゃがいも	ほうれんそう きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ セロリ いんげん トマト パセリ			
18 木	ひじきごはん あつあげのごまだれかけ かわりあえ すりみじる★	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ひじき とりにく あつあげ すりみ みそ	しょうゆごぼん さとう でんぶん ごま	にんじん しいたけ キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ だいこん えのき ねぎ みかん	新湊小5年		
19 金	ごはん さけのおやき はりはりづけ ちくぜんに	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう さけ とりにく	ごはん じゃがいも こんにやく さとう	ほうれんそう キャベツ だいこん ごぼう にんじん たけのこ しいたけ いんげん	新湊小5年 東明小3年		
22 月	ごはん いわしのうめに こまつなごまひたし じゃがいものそぼろに	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう いわし とりにく	ごはん ごま さとう じゃがいも こんにやく でんぶん	こまつな キャベツ にんじん たまねぎ いんげん さくらんぼ			
23 火	ごはん あじのごまマヨネーズやき★ くさわかめのすのもの あつあげとやさしいちゅうかに★	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう あじ くさわかめ あつあげ とりにく うずらたまご	ごはん マヨネーズ ごま さとう あぶら じゃがいもこんにやく	きゅうり もやし にんじん たまねぎ しいたけ いんげん			
24 水	くるみパン ひよこまめのあげがらめ コールスローサラダ★ とろにゆうスープ●	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ベーコン とうにゆう ひよこまめ	くるみパン ドレッシング さとう じゃがいもアーモンド でんぶん あぶら ごま	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ しめじ にんじん はくさい ブロッコリー	塚原小5、6年		
25 木	ごはん ふくらぎのあまみそかけ あおなのりあえ やさしいうまに★	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ふくらぎ のり あつあげ とりにく やわらかまほこ うずらたまご みそ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごま ミックスナッツ	こまつな はくさい だいこん たけのこ ぶき にんじん しいたけ	塚原小5、6年 東明小5年		
26 金	ミニコッペパン やきそば ウインナー フルーツヨーグルト◎	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ぶたにく いか あおのり ウインナー ヨーグルト	ミニコッペパン ちゅうかめん あぶら ナタデココ	キャベツ にんじん もやし みかん もも パイン バナナ	東明小5年		
29 月	ごはん わふうハンバーグ あおなときゅうりのナムル なめこじる	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう ハンバーグ とうふ みそ	ごはん さとう でんぶん ごま あぶら	しょうが こまつな きゅうり だいこん にんじん なめこ ねぎ			
30 火	ごはん いかのかりんあげ アーモンドあえ しらたまだんごじる	きゆうにゆう きゆうにゆう	きゆうにゆう いか とうふ みそ のりつくだに	ごはん でんぶん あぶら さとう しらたまもち アーモンド	こまつな もやし にんじん ごぼう しいたけ えのき ねぎ			

今月の射水の食材・・・こまつな・かんそうだいず・ニラ・キャベツ ※ 食材料の都合により変更することもあります。

食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合は、献立名の横に印を付けましたので、参考にしてください。

卵・卵製品…★	牛乳・乳製品…◎	カニ・エビ…※
ピーナッツ…▲	大豆・豆乳(豆腐など加工食品は除く)…●	