



6月の予定献立表



令和2年度

豊満町学校給食センター

月	火	水	木	金
1 ④ 652 ⑤ 767	2 ④ 688 ⑤ 861	3 ④ 614 ⑤ 749	4 ④ 641 ⑤ 809	5 ④ 607 ⑤ 797
ごはん 臭たくさん汁 さんまのカレー煮	ごはん 八宝菜 春巻	わかめごはん 鶏ごぼう汁 ハリハリサラダ おさつスティック	まるパン クリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ 国産ぶどうゼリー	焼きそば キャベツぎょうざ かしわもち
精白米 強化米 麦 豚肉 酒 小松菜 豆腐 えのきたけ 長ねぎ 大根 玉ねぎ 人参 あじ さば かつお みそ ごぼう 油揚げ さんま 砂糖 しょうゆ みりん カレー粉 にんにく かつお 生姜 米粉 塩 玉ねぎ 酢 魚介エキス(さば) 昆布 鰹天	精白米 強化米 麦 豚肉 生姜 酒 人参 玉ねぎ 白菜 うすら卵 ホタテ ビーフ 中華スープ がらスープ 片栗粉 ごま油 三温糖 しょうゆ キャベツ 玉ねぎ 人参 豚肉 春雨 しょうゆ 米油 生姜 小麦粉 みりん でん粉 ごま油 グラニュー糖 食塩 かつお 長ねぎ ひじき	精白米 強化米 麦 わかめ 鶏肉 つきこんやく えのきたけ 油揚げ みそ にんじん 長ねぎ 豆腐 ごぼう 白菜 生姜 あじ さば かつお 切り干し大根 きゅうり こんにゃく 青じそレタツグ(りんご魚醤) さつまいも 砂糖 植物油脂	小麦粉 砂糖 食塩 イースト だし粉 マーガリン 米油 玉ねぎ 人参 鶏肉 白ワイン アブラ 脱脂粉乳 牛乳 バター 小麦粉 食塩 こしょう じゃがいも 枝豆 大豆 ぶなしめじ ほうれん草 ツブ 塩 青じそレタツグ(りんご魚醤) ぶどう果汁 上白糖 寒天	めん 豚肉 酒 キャベツ 玉ねぎ にんじん ビーフ もやし 米油 焼きそば(かつお いわし むろあじ りんご) キャベツ 小麦粉 豚肉 でん粉 たら でん粉 ごま油 食塩 砂糖 生姜 にんにく しょうゆ アブラ こしょう 米油 上新粉 砂糖 小豆 食塩 米油
8 ④ 638 ⑤ 750	9 ④ 628 ⑤ 801	10 ④ 686 ⑤ 836	11 ④ 628 ⑤ 798	12 ④ 636 ⑤ 750
こぎつねごはん みそ汁 さばの生姜煮	ごはん さつまい かぼちゃひき肉フライ	ごはん 鶏肉と野菜のごまみそ煮 ますの塩焼き	黒砂糖パン マカロニスूप きのこソースハンバーグ チョコクレープ	みそラーメン 野菜のチヂミ
精白米 強化米 麦 米油 鶏肉 酒 人参 油揚げ しょうゆ 三温糖 酒 いんげん みそ 豆腐 長ねぎ あじ さば かつお わかめ じゃがいも たら 味噌 たら 玉ねぎ 人参 パン粉 ほうれん草 さば 水あめ 生姜 しょうゆ	精白米 強化米 麦 鶏肉 さつまいも 人参 玉ねぎ 大根 長ねぎ 豆腐 あじ さば かつお みそ ごぼう 酒 かぼちゃ 豚肉 玉ねぎ 大豆 パン粉 でん粉 小麦粉 水あめ しょうゆ 砂糖 小麦 かつおソース 米油	精白米 強化米 麦 鶏肉 大根 人参 こんにゃく いんげん 生姜 三温糖 酒 みりん みそ しょうゆ ごま油 すりごま ねりごま ひじきボール(たら ほっけ ひじき 卵白) ます 食塩	小麦粉 砂糖 食塩 イースト だし粉 マーガリン 黒砂糖 マカロニ 玉ねぎ バター わかめ アブラ でん粉 食塩 こしょう 人参 しょうゆ ぶなしめじ マヨネーズ デミス(りんご) バター アブラ 鶏肉 玉ねぎ 豚肉 でん粉 豆乳(大豆) 砂糖 米粉 水あめ ココアパウダー でん粉	めん 米油 豚肉 生姜 にんにく 酒 がらスープ 人参 玉ねぎ もやし 白菜 ラーメープ 長ねぎ いりごま つと だれのこ ひじき 人参 米粉 玉ねぎ たら ショートニング マヨネーズ おから でん粉 しょうゆ チキンオイル ごま油 米油 にんにく
15 ④ 650 ⑤ 767	16 ④ 597 ⑤ 755	17 ④ 635 ⑤ 790	18 ④ 610 ⑤ 802	19 ④ 617 ⑤ 782
ごはん 豚汁 若鶏のごま照り焼き 納豆	ごはん すき焼き風煮 磯華たまご巻	ごはん 水ぎょうざスープ マーボー大根	スライスパン マーメイド ミートボールスープ 元氣サラダ ヨーグルト	五目うどん ちくわ磯辺揚げ
精白米 強化米 麦 ごぼう 人参 玉ねぎ じゃがいも 大根 豆腐 つきこんやく みそ 長ねぎ 豚肉 あじ さば かつお 鶏肉 パン粉(卵) ごま しょうゆ 砂糖 魚介エキス 納豆 しょうゆ 砂糖 かつお	精白米 強化米 麦 豚肉 しょうゆ 酒 人参 玉ねぎ みりん 白菜 えのきたけ しらす 酒 三温糖 高野豆腐 長ねぎ 鶏卵 かつおだし 砂糖 人参 水あめ みりん でん粉 青のり しょうゆ ごま油 食塩 生姜	精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ 水ぎょうざ(たまご 大豆 豚肉 鶏肉) チンゲン菜 小松菜 しょうゆ 玉ねぎ 人参 しいたけ ラーメープ こしょう わかめ いりごま 生姜 にんにく 豚肉 酒 人参 三温糖 長ねぎ たら しょうゆ みそ 豆板醤 ごま油 大根 でん粉 大豆	小麦粉 砂糖 食塩 イースト だし粉 マーガリン 人参 玉ねぎ 白菜 ぶなしめじ ミートボール しょうゆ ラーメープ 春雨 わかめ 鶏肉 大豆 キャベツ ほうれん草 サラダチーズ 酢 三温糖 食塩 米油 脱脂粉乳 砂糖 全粉乳 しょうゆ 寒天 香料 水あめ 砂糖 なつみかん いよかん ベクチン	めん あじ さば かつお 昆布 鶏肉 人参 油揚げ みりん しょうゆ 長ねぎ 小松菜 つと たら ぐち でん粉 食塩 砂糖 小麦粉 あおさ 米油 大豆
22 ④ 593 ⑤ 833	23 ④ 655 ⑤ 827	24 ④ 714 ⑤ 893	25 ④ 615 ⑤ 815	26 ④ 631 ⑤ 751
カレーピラフ コンソメスープ 肉団子	ごはん マーボー豆腐 ぎょうざ	ポークカレー フルーツゼリー	スライスパン う・フランス 海藻スープ チリコンカン みんななかよしプリン	ミートソーススパゲティ 枝豆クロック
精白米 強化米 麦 米油 バター 人参 玉ねぎ 鶏肉 アブラ 食塩 こしょう ツブ いんげん カレー粉 トマトチャップ 玉ねぎ 人参 キャベツ バター わかめ 食塩 ツブ こしょう マーメイド 玉ねぎ 人参 れんこん パン粉 ごぼう しょうゆ 長ねぎ 豚肉 鶏肉 でん粉 ごま (さば)	精白米 強化米 麦 生姜 にんにく 豚肉 酒 人参 長ねぎ たら しょうゆ 三温糖 みそ 豆板醤 ごま油 片栗粉 豆腐 キャベツ 豚肉 玉ねぎ たら ごま油 生姜 小麦粉 米粉 しょうゆ 砂糖 香辛料 食塩 でん粉 米油	精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ 豚肉 人参 生姜 にんにく りんご 脱脂粉乳 大豆 じゃがいも カレー(乳 りんご) みかん果汁 砂糖 グラニュー糖 パイン もも	小麦粉 砂糖 食塩 イースト だし粉 マーガリン ひじき 雪わかめ 昆布 もやし 鶏卵 マーメイド 人参 長ねぎ ラーメープ こしょう 豆腐 豚肉 酒 玉ねぎ 人参 ツブ 大豆 食塩 こしょう トマトチャップ 卵 水あめ 砂糖 豆乳(大豆) う・フランス 砂糖 水あめ	めん かつお油 豚肉 にんにく 大豆 にんじん 玉ねぎ ビーフ デミス(乳) トマトチャップ トマト(乳) アブラ マヨネーズ 粉チーズ 食塩 トマト(乳) こしょう じゃがいも パン粉 枝豆 小麦粉 砂糖 マーガリン でん粉 食塩 パブリカ粉末 クロレハ粉末 脱脂粉乳 米油
29 ④ 634 ⑤ 782	30 ④ 606 ⑤ 779	☆牛乳は毎日つきます ☆日付に○がついている日はスプーンがつきます ☆はしは毎日持ってきてください ☆献立は都合により変更する場合があります		
精白米 強化米 麦 豚肉 生姜 しょうゆ 酒 人参 長ねぎ ごぼう 玉ねぎ 砂糖 しょうゆ みりん みそ あじ さば かつお わかめ 長ねぎ 油揚げ 豆腐	精白米 強化米 麦 豚肉 酒 人参 玉ねぎ じゃがいも しらす 三温糖 しょうゆ みりん いんげん きゅうり ツナ いりごま 三温糖 しょうゆ ナチュラルチーズ 乳	6月平均栄養価 低学年 571kcal 23.0g 19.2g 2.1g 中学年 635kcal 25.1g 20.2g 2.3g 高学年 703kcal 27.2g 21.3g 2.5g 中学校 795kcal 30.7g 24.4g 3.0g		
			 ☆食材の配合等ご不明な点がございましたら、給食センター栄養士(83-2264)までご連絡ください。	