6月の予定献立表

令和8年度

豊浦町学校給食センター

月	火	水	木	金
1 小 636 中 785	**2** 小 649 中 816	**3** 小 656 中 799	**4** 小 664 中 897	**5** 小 682 中 796
豚丼 みそ汁	ごはん 豆腐と海藻のスープ チャプチェ	ごはん 大根と鶏肉の煮物 釧路産たらザンギ	スライスパン キーマカレー きゅうりと鶏肉のサラダ	トマトクリームスパゲティ かぼちゃコロッケ ぶどうゼリー
精白米 強化米 麦 豚肉 生姜 しょうゆ 料理酒 人参 ごぼう 玉ねぎ 本みりん 長ねぎ 三温糖 味噌 豆腐 長ねぎ だしパック 大根 油揚げ わかめ	精白米 強化米 麦 ひじき 茎わかめ 昆布 人参 豚肉 長ねぎ ごま油 ガラスープ達人 こしょう 豆腐 食塩 豚肉 人参 ピーマン 春雨 しょうゆ 玉ねぎ たけのこ きくらげ こしょう 椎茸 にんにく 三温糖 ごま	精白米 強化米 麦 鶏肉 大根 昆布 厚揚げ こんにゃく 料理酒 本みりん 三温糖 しょうゆ 人参 ごぼう すけとうだら じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉 食塩 大豆たん白 しょうゆ 生姜 水あめ にんにく 味噌 ごま油 米油	小麦粉 砂糖 食塩 イースト スキムミルク マーガリン 米油 にんにく 玉ねぎ 豚肉 人参 マッシュルーム ピーマン 大豆 カレーフレーク ケチャップ 大豆 チキンささみ水煮 大豆 キャベツ きゅうり 酢 三温糖 食塩 米油 しょうゆ	スパゲティ オリーブ油 ベーコン 玉ねぎ ぶなしめじ 牛乳 トマトベース シチューフレーク チキンブイヨン こしょう 食塩 人参 マッシュルーム いんげん かぼちゃ パン粉 小麦粉 じゃがいも 玉ねぎ 砂糖 植物油脂 でん粉 食塩 米油 ぶどう果汁 砂糖 ワイン
8 小 648 中 802	**9** 小 647 中 797	**10** 小 604 中 742	**11** 小 643 中 839	**12** 小 673 中 825
給食（きゅうしょく）で日本旅行（にほんりょこう）をしようWEEK（ウィーク）				
東北 ごはん 芋の子汁 ひきないり	関東 NEW 深川めし NEW しもつかれ風煮 肉入りコロッケ	中国・四国 広島菜めし いもたき ほうれん草のごま和え	関西 セルフ焼きそばパン （まるパンとやきそば） ミートボールのトマト煮	九州・沖縄 長崎ちゃんぽん ぎょうざ 沖縄県産シークヮーサーゼリー
精白米 強化米 麦 鶏肉 料理酒 ぶなしめじ 人参 玉ねぎ さといも 大根 豆腐 こんにゃく しょうゆ 長ねぎ ガラスープ達人 食塩 豚肉 人参 切り干し大根 ピーマン 油揚げ しょうゆ 三温糖 ごま油 ごま みりん 料理酒	精白米 強化米 麦 あさり ごぼう 人参 いんげん 米油 料理酒 しょうゆ 食塩 三温糖 本みりん 鮭フレーク 大根 鶏肉 人参 油揚げ 大豆 料理酒 しょうゆ 三温糖 じゃがいも 砂糖 パン粉 しょうゆ 食塩 鶏肉 小麦粉 米油	精白米 強化米 麦 広島菜 砂糖 食塩 鶏肉 料理酒 厚揚げ さといも **煮込みもち** 人参 だしパック しょうゆ 本みりん 食塩 ほうれん草 そぼつゆ ごま 三温糖	小麦粉 砂糖 食塩 イースト スキムミルク マーガリン 蒸しめん 豚肉 料理酒 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし 米油 焼きそばソース 米油 ミートボール じゃがいも 玉ねぎ 人参 にんにく トマト ケチャップ チキンブイヨン 三温糖 食塩 大豆	めん ごま油 豚肉 いか あさり 料理酒 玉ねぎ 人参 キャベツ 長ねぎ こしょう 長崎ちゃんぽんスープ（乳成分） しょうが ちゃんぽん用かまぼこ キャベツ 玉ねぎ にら 豚肉 豚脂 でん粉 しょうゆ 食塩 砂糖 生姜 小麦粉 シークヮーサー果汁 砂糖
15 小 665 中 808	**16** 小 724 中 934	**17** 小 695 中 835	**18** 小 620 中 775	**19** 小 634 中 744
ごはん NEW 筑前煮 道産野菜のふっくら寄せ 中ひじきのり	ポークカレー フルーツのゼリー和え	ごはん 八宝菜（うずら卵入り） 春巻き	黒砂糖パン クラムチャウダー コーンソテー NEW ミルメークコーヒー	五目うどん さつま芋の天ぷら 型抜きチーズ
精白米 強化米 麦 米油 鶏肉 人参 たけのこ 椎茸 こんにゃく いんげん 高野豆腐 三温糖 しょうゆ 料理酒 本みりん だし昆布 ごぼう すけとうだらすり身 玉ねぎ とうもろこし でん粉 じゃがいも 人参 いんげん ラード 食塩 砂糖 大豆粉 ほしひじき のり しょうゆ 砂糖 水あめ 大豆 でん粉 寒天	精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ 豚肉 人参 じゃがいも マーマレード カレーフレーク 大豆 にんにく パイン みかん りんごゼリー（りんご果汁 砂糖）	精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 人参 玉ねぎ 白菜 **うずら卵** ピーマン 中華粒 ガラスープ達人 片栗粉 ごま油 しょうゆ 三温糖 きくらげ 生姜 キャベツ もやし 人参 玉ねぎ 鶏肉 たけのこ でん粉豚脂 醤油 春雨 食塩 小麦粉 米油	小麦粉 砂糖 食塩 イースト スキムミルク マーガリン 黒砂糖 あさり 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ バター 小麦粉 牛乳 コンソメ パセリ こしょう 食塩 コーン 米油 ピーマン ベーコン 食塩 こしょう 砂糖 インスタントコーヒー 食塩	めん だしパック だし昆布 鶏肉 人参 油揚げ 本みりん しょうゆ 長ねぎ 小松菜 つと（たら） さつま芋 小麦粉 でん粉 食塩 なたね油 米油 ナチュラルチーズ
22 小 623 中 778	**23** 小 650 中 773	**24** 小 614 中 803	**25** 小 582 中 785	**26** 小 665 中 794
ルーローハン ルオボータン	わかめごはん 具だくさん汁 チキン味噌カツ NEW ミニピーチデザート	ごはん 切干大根のみそ汁 豚肉の生姜焼き	スライスパン 海藻スープ チリコンカン みかんジャム	ミートソーススパゲティ のり塩コロッケ
精白米 強化米 麦 豚肉 しょうゆ にんにく 料理酒 たけのこ 玉ねぎ みりん 小松菜 三温糖 生姜 テンメンジャン 大根 大根葉 豆腐 人参 椎茸 ガラスープ達人 こしょう 食塩 ごま	精白米 強化米 麦 わかめごはんの素 豚肉 料理酒 小松菜 豆腐 えのきたけ 大根 玉ねぎ 人参 だしパック みそ ごぼう 油揚げ 鶏肉 みそ 食塩 パン粉 米粉 米油 でん粉 砂糖 桃果汁 粉あめ	精白米 強化米 麦 切干大根 小松菜 豆腐 長ねぎ だしパック 味噌 ごぼう 油揚げ 豚肉 しょうゆ 人参 玉ねぎ 三温糖 料理酒 米油 生姜	小麦粉 砂糖 食塩 イースト スキムミルク マーガリン ひじき 茎わかめ 昆布 もやし 人参 長ねぎ がらスープ達人 こしょう 豆腐 ベーコン 食塩 豚肉 料理酒 玉ねぎ 人参 コーン 大豆 食塩 こしょう ケチャップ タバスコ 水あめ 砂糖 みかん	めん オリーブ油 豚肉 にんにく 大豆 人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム デミグラスソース トマトソース ケチャップ トマトピューレー チキンブイヨン こしょう 食塩 チキンコンソメ 片栗粉 ばれいしょ パン粉 食塩 砂糖 あおのり 小麦粉 米粉 でん粉 植物油脂 米油
29 小 685 中 843	**30** 小 677 中 814			
ハヤシライス パインスライス	こぎつねごはん みそちゃんこ汁 いわしの生姜煮			
精白米 強化米 麦 玉ねぎ 豚肉 人参 じゃがいも ぶなしめじ ピーマン 米油 にんにく ハヤシフレーク パインアップル グラニュー糖	精白米 強化米 麦 米油 鶏肉 料理酒 人参 油揚げ しょうゆ 三温糖 いんげん ミートボール 油揚げ ごぼう 白菜 人参 長ねぎ 味噌 ガラスープ達人 生姜 いわし 水あめ 砂糖 しょうゆ 生姜 昆布だし 醸造酢 食塩			

【平均栄養価】

	ｴﾈﾙｷﾞｰ	たんぱく質	脂質	塩分
低学年	584 kcal	23.3 g	19.8 g	2.0 g
中学年	652 kcal	25.5 g	21.1 g	2.3 g
高学年	724 kcal	27.8 g	22.4 g	2.5 g
中学生	808 kcal	31.4 g	24.7 g	3.0 g

【お知らせ】

☆牛乳は毎日つきます(飲むヨーグルトがつく日は牛乳はつきません)
☆料理によって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
☆ご不明な点がありましたら、
給食センター(83-2264)までご連絡ください。