

6月予定献立表

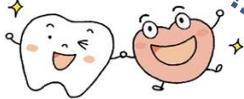


2024年6月

幕別町幕別学校給食センター

	月	火	水	木	金
	【3日】 牛乳 ごはん みそ汁 豚じゃが 昆布和え	【4日】 牛乳 みそラーメン (ラーメン) 中華はるさめサラダ	【5日】 牛乳 ごはん よくかむふりかけ 豚汁 イカフライ 3色きんぴら	【6日】 牛乳 ごはん 中華風たまごスープ シューマイ(ひとり2こ) チャプチェ	【7日】 牛乳 あずきパン ABCマカロニスープ ポークチャップ イタリアンサラダ
主食	ごはん	ラーメン	ごはん	ごはん	あずきパン
汁物	油揚げ たもぎ茸 大根 長ねぎ	豚ひき肉 人参 キャベツ にんにく ごま油 唐辛子 コーン もやし 長ねぎ ラード	豚肉 じゃがいも 豆腐 ごぼう 大根 長ねぎ 生姜	鶏卵 チンゲン菜 もやし	マカロニ 豚ベーコン 人参 じゃがいも
主菜	豚肉 じゃがいも		イカ パン粉 小麦粉	玉ねぎ 豚肉 大豆 ごま油 小麦粉 生姜	豚肉 玉ねぎ いんげん トマト
副菜	キャベツ きゅうり 塩昆布	はるさめ きゅうり ポークハム	糸こんにゃく 人参 枝豆 ごま ごま油	豚肉 はるさめ 人参 玉ねぎ たけのこ にんにく ごま油	キャベツ きゅうり
	【10日】 牛乳 ごはん ハムと大豆の中華スープ 甘酢肉だんご(ひとり2こ) 海藻サラダ	【11日】 牛乳 スパゲティクリームソース (スパゲティ) サイダーゼリー和え	【12日】 牛乳 スタミナ丼 (ごはん) みそ汁 和風まめまめサラダ	【13日】 牛乳 ごはん 根菜汁 さばのみそ煮 切干大根煮	【14日】 牛乳 たまごパン ポークシチュー ほうれん草オムレツ チーズサラダ
主食	ごはん	スパゲティ	ごはん	ごはん	たまごパン
汁物	ポークハム 大豆 もやし 椎茸 長ねぎ	鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ ほうれん草 牛乳	なめこ 豆腐 長ねぎ	ごぼう 人参 大根 豆腐 こんにゃく	豚肉 じゃがいも 人参 トマト 玉ねぎ マッシュルーム
主菜	鶏肉 玉ねぎ 豚肉 ラード にんにく 生姜		豚肉 玉ねぎ 人参 たら にんにく 生姜	さば	鶏卵 ほうれん草
副菜	わかめ 塩昆布 大根	サイダーゼリー バイン缶詰 黄桃缶詰	大豆 枝豆 キャベツ ごま	切干大根 人参 さつま揚げ 椎茸	キャベツ きゅうり チーズ
	【17日】 牛乳 ごはん みそ汁 鶏肉のうま煮 和風大根サラダ	【18日】 牛乳 五目うどん (うどん) きなこポテトもち	【19日】 牛乳 ポークカレーライス (麦入りごはん) フルーツカクテル	【20日】 牛乳 ごはん 豆腐の中華スープ 焼きぎょうざ(ひとり2こ) チンジャオロース	【21日】 牛乳 かぼちゃパン コーンスープ ハンバーグソースがけ ツナマヨサラダ
主食	ごはん	うどん	ごはん 大麦	ごはん	かぼちゃパン
汁物	油揚げ キャベツ わかめ	鶏肉 油揚げ 白菜 人参 長ねぎ なめこ	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 トマト 白いんげん豆 にんにく	えのき茸 豆腐 もやし 人参	豚ベーコン 玉ねぎ コーン
主菜	鶏肉 高野豆腐 人参 こんにゃく いんげん ちくわ		ナタデココ マスカットゼリー いちごゼリー みかんゼリー レモンゼリー バイン缶詰 黄桃缶詰	キャベツ たら 豚肉 鶏肉 ごま油 生姜 ラード	鶏肉 玉ねぎ ラード にんにく 生姜 トマト
副菜	大根 きゅうり コーン かつお節	いもちろ きな粉 砂糖		豚肉 玉ねぎ ビーマン たけのこ にんにく 生姜 ごま油	まぐろ水煮 きゅうり 人参
	【24日】 牛乳 ごはん 鶏だんご汁 白身魚フライ 白菜の煮びたし	【25日】 牛乳 あんかけ焼きそば (焼きそば) 豆乳デザートのいちごソース	【26日】 牛乳 鶏ごぼう丼 (ごはん) 実だくさん汁 冷凍パイ	【27日】 牛乳 ごはん みそ汁 豚肉とえのきたけのしぐれ煮 和風ドレッシングサラダ	【28日】 牛乳 コッペパン トマトスープ チキンレモン焼き(ひとり2こ) キャベツナソテー
主食	ごはん	焼きそば	ごはん	ごはん	コッペパン
汁物	肉だんご 大根 人参 ごぼう 油揚げ	豚肉 白菜 人参 たけのこ きくらげ もやし にんにく 生姜 ごま油	じゃがいも 豆腐 大根 わかめ こんにゃく 鶏ひき肉 大豆 玉ねぎ 人参 ごぼう いんげん にんにく 生姜	さつまいも 長ねぎ 豆腐 こんにゃく	豚ベーコン 人参 玉ねぎ じゃがいも マカロニ トマト にんにく
主菜	ホキ パン粉 小麦粉			豚肉 えのき茸 人参 玉ねぎ こんにゃく 生姜	鶏肉 レモン果汁 パセリ
副菜	白菜 さつま揚げ かつお節	豆乳 いちご	バイン缶詰	キャベツ レタス きゅうり	まぐろ水煮 キャベツ コーン

6月4日～10日は



歯と口の健康週間

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。歯と口の健康を守ることは食事をするうえでとても大切です。5日の給食ではごぼう、人参などのかみ応えのある食品が入った豚汁と、イカフライ、よくかむふりかけが登場します！いつもよりよくかんで食べることを意識してくださいね★



〇12日「スタミナ丼」

豚肉と、にら・にんにくの入ったスタミナたっぷりのだんぶりメニューです♪

〇18日「きなこポテトもち」

揚げたいももちにタンパク質や食物繊維がたっぷりのきな粉をまぶしていますよ♪



主食：穀類を中心にした献立 主菜：肉・魚・卵・豆のメインのおかず 副菜：野菜のおかずや果物、デザート 汁物：みそ汁やスープなどの献立 飲み物：牛乳やオレンジジュースなど

※材料の都合で、献立の一部を変更する場合があります。

※献立に含まれるアレルギーの詳細については、学校より配布される「アレルギーを使用した献立について」をご確認ください。必要な場合は学校にお問い合わせください。