



令和2年6月 学校給食予定献立表 (小学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちようしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
8	月	ミニミニパン ギゆうにゆう とりにくのなんぼんづけ こまつなのナムル ちゅうかスープ ケーキ	パン でんぶん あぶら さとう ごまあぶら こめこ	ぎゆうにゆう とりにく やきぶた ぶたにく とうふ とうにゆう	こまつな もやし なら にんにく チンゲンサイ ほしいたけ にんじん たまねぎ ねぎ いちご	676 30.2
9	火	おまめのカレーライス ぎゆうにゆう プレーンオムレツ うめドレッシングサラダ	ごはん さとう あぶら ごま じゃがいも こむぎこ でんぶん	ぎゆうにゆう たまご かつおぶし とりにく ひよこまめ だいず	もやし にんじん きゅうり キャベツ うめ たまねぎ グリンピース にんにく しょうが	668 23.0
10	水	パン ギゆうにゆう ウインナーのケチャップいため ◆ごぼうのサラダ (ドレッシング) コーンたまねぎクリームスープ	パン あぶら さとう じゃがいも バター	ぎゆうにゆう ウインナー ツナ ベーコン	たまねぎ もやし あおピーマン ごぼう にんじん キャベツ コーン パセリ	657 26.4
11	木	★地産地消メニュー①・行事食【入梅】★ ごはん ギゆうにゆう いわしのかばやしきふう とうふのチャンプルー じゃがいもとわかめのみそしる	ごはん でんぶん あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも	ぎゆうにゆう いわし とうふ ベーコン わかめ あぶらあげ みそ	しょうが もやし ほうれんそう なら しめじ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	694 27.5
12	金	パン ギゆうにゆう だいずとごぼうのミンチカツ いとかまサラダ もずくスープ	パン パンこ こむぎこ あぶら マヨネーズ	ぎゆうにゆう だいず とりにく ぶたにく いとかまぼこ もずく とうふ	ごぼう きゅうり キャベツ コーン たけのこ たまねぎ にんじん ねぎ	688 27.2
15	月	ごはん ギゆうにゆう チンジャオロースー おかひじきのツナあえ ぎょうざスープ	ごはん あぶら でんぶん さとう こむぎこ	ぎゆうにゆう ギゆうにく ツナ ぶたにく	あおピーマン たけのこ しょうが にんにく おかひじき にんじん もやし ねぎ たまねぎ ほしいたけ チンゲンサイ	676 23.8
16	火	ごはん ギゆうにゆう かつおのうめに ごもくやさしいため わかたけじる かしわもち	ごはん さとう あぶら かしわもち	ぎゆうにゆう かつお やきぶた わかめ とうふ とりにく	うめ しょうが キャベツ もやし にんじん なら たけのこ ねぎ	666 30.1
17	水	★学校給食で世界旅行【トルコ】★ パン ギゆうにゆう チキンケバブ パトゥルジャン・ムサカ パプチュチョルパス	パン あぶら オリーブあぶら こめこ バター じゃがいも	ぎゆうにゆう とりにく ぶたにく ベーコン	にんにく しょうが なす たまねぎ トマト あおピーマン あかピーマン にんじん コーン パセリ	646 27.7
18	木	なめし ギゆうにゆう うのはないり ひじきとツナのいために とりだんごじる	ごはん さとう あぶら でんぶん	ぎゆうにゆう とりにく おから あぶらあげ ちくわ ひじき ツナ とうふ みそ	ほしいたけ つきこんにゃく ねぎ たまねぎ にんじん さいいんげん たけのこ しめじ あおな	646 26.5
19	金	パン ギゆうにゆう カレーポテトコロッケ ゆでやさしいサラダ (ドレッシング) やさしいスープ ブルーベリージャム	パン じゃがいも パンこ あぶら こむぎこ さとう ごま ジャム	ぎゆうにゆう ぶたにく わかめ とりにく	たまねぎ コーン キャベツ にんじん アスパラガス しめじ チンゲンサイ さいいんげん	654 22.1
22	月	パン ギゆうにゆう にこみハンバーグ パンサンスー コーンスープ	パン さとう でんぶん はるさめ ごまあぶら じゃがいも	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく チキンハム	キャベツ にんじん もやし コーン たまねぎ チンゲンサイ パセリ	635 26.8
23	火	★地産地消メニュー②★ ごはん ギゆうにゆう あじのかりんとがらめ キャベツのじゃこあえ みそにくじゃが	ごはん でんぶん あぶら さとう ごま じゃがいも	ぎゆうにゆう あじ しらすぼし とりにく さつまあげ みそ	キャベツ チンゲンサイ もやし たまねぎ にんじん さいいんげん いとこんにゃく	693 28.4
24	水	こくとうパン ギゆうにゆう あつあげのカレーいため リヨネーズポテト とりにくとキャベツのトマトに	くろぎとう パン さとう あぶら じゃがいも	ぎゆうにゆう あつあげ ぶたにく ポークハム とりにく	こまつな にんにく たまねぎ パセリ キャベツ トマト にんじん さいいんげん	644 27.0
25	木	ごはん ギゆうにゆう さけのみそマヨネーズやき もやしのツナかつおあえ いもだんごじる	ごはん マヨネーズ さとう じゃがいもだんご	ぎゆうにゆう さけ みそ ツナ かつおぶし とりにく とうふ	たまねぎ あおピーマン あかピーマン もやし チンゲンサイ ごぼう ねぎ にんじん つきこんにゃく しめじ	652 29.1
26	金	ピタパン ギゆうにゆう チリコンカン マカロニサラダ にんにくとたまごのスープ いちごゼリー	ピタパン あぶら マカロニ マヨネーズ オリーブあぶら さとう	ぎゆうにゆう ぶたにく ぎゆうにく チキンハム しろいんげんまめ たまご ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ コーン マッシュルーム パセリ にんにく いちご	639 28.6
29	月	ごはん ギゆうにゆう はるまき チンゲンさいのちゅうかあえ ぶたもやしスープ	ごはん はるまきのかわ あぶら さとう ごまあぶら ごま でんぶん はるさめ	ぎゆうにゆう やきぶた ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが チンゲンサイ こまつな もやし たけのこ えのきたけ ねぎ にんにく	694 20.4
30	火	ごはん ギゆうにゆう スタミナいため ◆きりぼしだいこんのツナごまあえ かぼちゃのみそしる	ごはん さとう あぶら ごま	ぎゆうにゆう ぶたにく ツナ あぶらあげ みそ	キャベツ たまねぎ もやし あおピーマン あかピーマン きりぼしだいこん こまつな かぼちゃ にんじん えのきたけ ねぎ	637 24.6

※給食中止により、急ぎキャンセルした物資を献立に使用しています。