



## 平成27年6月 きゅうしょくだより (小学校)

No.472

発行 太子町学校給食共同調理センター TEL 277-1155

ひ よ う び	こんだてめい	あ か	おもにちやにくとなる	み ど り	おもにからだのちょうし をとのえる	き	おもにちから・ねつとな る
1 月	ごはん ぎゅうにゅう かつおのかくに かきたまじる キャベツのごますあえ かわちゃんかん	ぎゅうにゅう たまご とうふ かつお かまぼこ	たまねぎ にんじん えのきだけ ねぎ しょうが キャベツ もやし かわちゃんかん	こめ でんぶん さとう ごま ごまあぶら			
2 火	ごはん ぎゅうにゅう ☆ちくぜんに とうふじる キャベツとツナのソテー	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ とりにく ツナ	たまねぎ にんじん えのきだけ ねぎ ごぼう さやいんげん だいこん たけのこ キャベツ ほうれんそう	こめ さとう あぶら こんにゃく			
3 水	パン ぎゅうにゅう ミルマーク とりにくのオレンジソースかけ はくさいスープ スパゲティのソテー	ぎゅうにゅう ふたにく あつあげ とりにく ベーコン	はくさい にんじん ほししいだけ チングンサイ オレンジ みかん たまねぎ あおピーマン	パン でんぶん スパゲティ とうもろこし あぶら さとう			
4 木	てまきすし (あなご ツナキャベツ ☆たくあん) ぎゅうにゅう たまねぎのみぞしる あじさいゼリー	ぎゅうにゅう あなご ツナ のり あぶらあげ みそ	キャベツ たくあん たまねぎ えのきだけ にんじん ねぎ ぶどう	こめ さとう マヨネーズ			
5 金	パン ぎゅうにゅう にくだんごのソースに (4c) ワンタンスープ ☆ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム みそ ぶたにく	たまねぎ にんじん もやし えのきだけ ねぎ ごぼう きゅうり	パン さとう でんぶん ワンタン ごまあぶら とうもろこし マヨネーズ			
8 月	パン ぎゅうにゅう ☆するめのかきあげ ハヤシシチュー おんやさい ドレッシング	ぎゅうにゅう ふたにく いか たまご	たまねぎ にんじん トマト さやいんげん パセリ キャベツ きゅうり あかピーマン えだまめ	パン じゃがいも あぶら こむぎこ さとう ごま			
9 火	ごはん ぎゅうにゅう ☆カミカミいも たけのこととりにくのみそに バチじる おひたし	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく やさいてん みそ	たまねぎ にんじん ほししいだけ ねぎ たけのこ さやいんげん ほうれんそう もやし	こめ さとう あぶら バチ こんにゃく じゃがいも さつまいも			
10 水	ミニミニパン ぎゅうにゅう かぼちゃとひきにくのサンドフライ やきビーフン ☆きりぼしだいこんのいためナムル	ぎゅうにゅう ふたにく いか	キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ほししいだけ ににく しょうが かぼちゃ きりぼしだいこん にら ほうれんそう	パン ビーフン ごまあぶら あぶら さとう パンこ こむぎこ でんぶん			
11 木	ごはん ぎゅうにゅう すぶた ちゅううかスープ ばんさんすう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チキンハム	もやし にんじん たまねぎ ねぎ ほししいだけ しょうが たけのこ あおピーマン キャベツ	こめ はるさめ でんぶん あぶら さとう ごまあぶら			
12 金	アップルパン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ジャガいものスープ さんしょくごまあえ	ぎゅうにゅう ベーコン だいず とりにく ぶたにく	にんじん たまねぎ セロリ パセリ キャベツ ほうれんそう マッシュルーム グリンピース りんご	パン パンこ でんぶん じゃがいも さとう とうもろこし ごま			
15 月	ごはん ぎゅうにゅう ふりかけ とりにくのからあげ (2c) そうめんじる こまつなのおひたし	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく あおのり	たまねぎ ほししいだけ ねぎ にんじん しょうが ににく こまつな もやし しそ	こめ そうめん でんぶん こめこ あぶら さとう			
16 火	カレーライス ぎゅうにゅう オムレツのあますあんかけ ☆チングンサイのじゃこあえ みかんゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん さやいんげん ににく しょうが ほうれんそう あおピーマン あかピーマン チングンサイ もやし みかん	こめ じゃがいも あぶら さとう でんぶん			
17 水	パン ぎゅうにゅう さけのマヨネーズやき ミネストローネ キャベツとハムのごまあえ	ぎゅうにゅう ベーコン だいず さけ チキンハム	たまねぎ にんじん セロリ さやいんげん トマト パセリ キャベツ こまつな	パン じゃがいも マカロニ マヨネーズ ごま			
18 木	ごはん ぎゅうにゅう たまねぎコロッケ とうがんのみぞしる ひじきのあぶらいため さくらんぼ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ ひじき ベーコン ぎゅうにく	とうがん にんじん はくさい ねぎ たまねぎ さくらんぼ	こめ あぶら さとう でんぶん じゃがいも パンこ こむぎこ			
19 金	パン ぎゅうにゅう コーンボタージュ ワインナーのケチャップソース (2c) やさいのホットアーモンド	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	にんじん パセリ チングンサイ キャベツ	パン とうもろこし ジャガいも アーモンド さとう でんぶん			
22 月	ミニミニパン ぎゅうにゅう とりにくのさっぱりに (2c) やきそば ほうれんそうとコーンのソテー	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく あおのり	キャベツ にんじん もやし ねぎ ににく しょうが ほうれんそう はくさい	パン ちゅうかめん あぶら とうもろこし さとう			
23 火	なめし ぎゅうにゅう あじフライ タルタルソース じゃがいものみぞしる うめドレッシングサラダ	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ みそ あじ だいすこ	えのきだけ たまねぎ にんじん ねぎ もやし きゅうり うめ あおな	こめ さとう あぶら ごま じゃがいも とうもろこし パンこ こむぎこ でんぶん			
24 水	こくとうパン ぎゅうにゅう ビーフンのカレーいため チングンサイスープ むしշューマイ (2c)	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく	はくさい にんじん しいだけ チングンサイ しょうが キャベツ もやし たまねぎ あおピーマン	パン ビーフン ごまあぶら さとう パンこ でんぶん こむぎこ			
25 木	ごはん ぎゅうにゅう ☆たこのてんぶら みそにくじゃが キャベツのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく みそ たこ たまご	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ ほうれんそう	こめ さとう ごまあぶら じゃがいも こんにゃく ごま あぶら こむぎこ とうもろこし			
26 金	ピタパン ぎゅうにゅう チリコンカン わかめスープ おかひじきのツナあえ	ぎゅうにゅう ツナ とうふ とりにく わかめ ぶたにく ぎゅうにく てぼう	たまねぎ にんじん ねぎ もやし マッシュルーム ににく おかひじき	ピタパン ごま あぶら さとう			
29 月	ごはん ぎゅうにゅう あじつけのり さばのしょうがに すまじる ☆ごぼうのマヨネーズソテー	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ わかめ さば ポークハム あじつけのり	たまねぎ にんじん ねぎ えのきだけ しょうが ごぼう キャベツ	こめ ふ さとう マヨネーズ ごま			
30 火	ぶたピリビン ぎゅうにゅう はるさめスープ フルーツあんにん	ぎゅうにゅう ふたにく たまご ポークハム わかめ	はくさいキムチ にんじん ごぼう さやいんげん もやし たまねぎ ほししいだけ ねぎ もも あんず	こめ こんにゃく ごま さとう ごまあぶら はるさめ でんぶん			

☆：よくかんでたべよう。

\*物資の都合により、変更する場合があります。