

れいわ 5 年度 6月 給食予定献立表



綾小学校

日 (曜)	こんだて	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料その他
		エネルギーのもと	体をつくる	体の調子をととのえる	
1 (木)	むぎごはん	こめ むぎ			
	マーポーピーピーフ	サラダあぶら さとう でんぶん	どうふ ぶたにく みそ	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ ふとねぎ しようが	しょうゆ みりん チリソース
	パンパンジーサラダ	ねりごま さとう	とりささみ わかめ	きゅうり もやし にんじん しょうが	しょうゆ みりん す
2 (金)	あじそぼろどん	こめ むぎ ごま サラダあぶら さとう	あじほぐしみ スクランブルエッグ	にんじん たまねぎ あおまめ	しょうゆ みりん しお
	ぶたじる	さといも サラダあぶら	ぶたにく あぶらあげ みそ	こまつな にんじん ごぼう	にぼし
5 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	だんごじる	こめだんご(宮崎産)	とりにく みそ	にんじん こまつな ごぼう ねぎ	にぼし さけ
	あつあげとあややさいのいためもの	あぶら	あつあげ	たまねぎ キャベツ にんじん エリンギ しょうが	さけ みりん しょうゆ
6 (火)	こめこパン	こめこパン			
	しろはなまめのシチュー	じゃがいも こめこ バター あぶら	とりにく しろはなまめ ぎゅうにゅう	こまつな にんじん たまねぎ どうもろこし	ガラスープ ワイン しお しお
7 (水)	なめし	こめ むぎ		だいこんば	
	ひむかうどん	うどん	とりにく かまぼこ きざみあげ	せんぎりだいこん にんじん ねぎ ごぼう	にぼし しょうゆ さけ みりん
	こまつなとしめじのあえもの	ごま さとう	かまぼこ	こまつな キャベツ しめじ	しょうゆ
8 (木)	ビビンバどん	こめ むぎ さとう ごま ごまあぶら	ぶたにく たまご	にんにく ほうれんそう にんじん もやし	しょうゆ みりん
	わかめスープ	ごま	わかめ どうふ とりにく	たまねぎ えのきたけ ねぎ	にぼし しょうゆ
	デザート	あじさいゼリー(ぶどうあじ)			
9 (金)	むぎごはん	こめ むぎ			
	とりごぼうじる		とりにく あぶらあげ	ごぼう こまつな えのきたけ にんじん ねぎ しょうが	だしこんぶ かつおぶし しょうゆ みりん しお さけ
	あけさかなのたこやきソースがらめ	じゃがいも こめこ あげあぶら さとう	あじ あおのり かつおぶし		ケチャップ ウスタークリー
12 (月)	むぎごはん ふりかけ	こめ むぎ	さけばっぱ		
	ちくせんに	さといも さとう サラダあぶら	とりにく ちくわ	れんこん たけのこ にんじん ごぼう いんげん しいたけ こんにゃく	しょうゆ みりん さけ
	ごまずあえ	さとう ごま	わかめ まぐろみずに	キャベツ もやし きゅうり	す しょうゆ
13 (火)	ミルクパン	ミルクパン			
	やさいたっぷりラーメン	ちゅうかめん サラダあぶら ごまあぶら	ぶたにく	キャベツ もやし しめじ こまつな にんじん ねぎ コーン	ガラスープ とんこつスープ しょうゆ さけ しお こしょう
	だいすとごぼうとこさかなのあげに	こめこ でんぶん あげあぶら さとう ごま	かえりいりこ だいす	ごぼう	しょうゆ
14 (水)	ジャンバラヤ	こめ サラダあぶら さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん あおまめ しょうが にんにく エリンギ	しお チリペッパー カレーこ ケチャップ こしょう
	レタススープ		ベーコン どうふ	えのきたけ にんじん レタス にんにく	ガラスープ しょうゆ しお こしょう さけ
	ツナサラダ	サラダあぶら さとう	まぐろみずに	キャベツ にんじん きゅうり コーン ブロッコリー	す
15 (木)	むぎごはん	こめ むぎ			
	かぼちゃのみぞしる		あつあげ みそ	かぼちゃ たまねぎ しめじ にら	にぼし
	さわらのてりやき	さとう	さわら	しょうが	さけ みりん しょうゆ
	きゅうりのゆかりあえ			きゅうり ゆかりこ	
16 (金)	毎月16日は、「ひむかの日」です。地産地消の食べ物を多く取り入れようという日です。綾町の食材いっぱいの献立です!				
	むぎごはん	こめ むぎ			
	あやのなつカレー	じゃがいも サラダあぶら	綾ぶどうぶた	たまねぎ にんじん ズッキーニ なす トマト にんにく りんご	ガラスープ カレールウ ケチャップ しお ウスタークリー ベーストチーズ こしょう
	かむかむかいそうのぱいにくあえ	ごま さとう ごまあぶら	かいそうミックス ちりめん	せんぎりだいこん にんじん きゅうり あおまめ コーン ばいにく	しょうゆ
19 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ちゅうかふうスープ	はるさめ でんぶん ごまあぶら	ベーコン かまぼこ	たまねぎ コーン にんじん きくらげ こまつな	ガラスープ しょうゆ さけ
	チンジャオロース	ごまあぶら サラダあぶら さとう でんぶん	ぶたにく	たけのこ しめじ にんじん ピーマン にんにく しょうが	さけ みりん しょうゆ オイスタークリー
20 (火)	こくとうパン	こくとうパン			
	トマトのスパゲティ	スパゲティ オリーブオイル	ぶたにく ベーコン チーズ	トマト たまねぎ にんじん しめじ	ケチャップ トマトピューレ ウスタークリー ^{デミグラスソース} ワイン しお こしょう
	こまつなサラダ	オリーブオイル さとう	ちくわ	こまつな きゅうり にんじん キャベツ レモン	す しお こしょう しょうゆ
21 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	カレーにくじやが	じゃがいも サラダあぶら さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん こんにゃく あおまめ	しょうゆ みりん カレーこ
	せんぎりだいこんのすのもの	さとう ごま ごまあぶら	ちりめん こんぶ	せんぎりだいこん きゅうり こまつな にんじん	す しょうゆ
22 (木)	むぎごはん	こめ むぎ			
	さつまじる	かごしま県の郷土料理	とりにく あつあげ みそ	キャベツ にんじん しょうが	にぼし さけ
	きびなごのこくとうがらめ	こめこ こくとう あげあぶら ごま	きびなご	コーン あおまめ	しょうゆ さけ みりん
	きゅうりのしおもみ			きゅうり	しお
23 (金)	むぎごはん	こめ むぎ			
	かぼちゃのそぼろに	サラダあぶら さとう	ぶたにく あつあげ	かぼちゃ たまねぎ にんじん こんにゃく しげたけ いんげん	しょうゆ さけ みりん
	とりにくのこうそうパンこやき	パンこ ノンエッグマヨネーズ	とりにく	パセリ バジル	しお こしょう ガーリック
	ミニトマト			ミニトマト	
26 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	みそけんちんじる	さといも	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	しいたけ こまつな にんじん ごぼう ねぎ	にぼし
	にざかな・こんにゃく	さとう	さば	こんにゃく しょうが	しょうゆ さけ みりん
27 (火)	しょくパン いちごジャム	しょくパン いちごジャム			
	ポークビーンズ	じゃがいも サラダあぶら さとう	だいす ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト	ワイン ケチャップ ガラスープ ウスタークリー しょうゆ
	マカロニサラダ	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	まぐろみずに	きゅうり にんじん キャベツ コーン	しお こしょう
28 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ビーフンスープ	ビーフン ごまあぶら	ぶたにく	こまつな たまねぎ にんじん ねぎ エリンギ	ガラスープ しお しょうゆ
	ひゅうがどりコロッケ	あげあぶら	ひゅうがどりコロッケ	キャベツ	
	ゆでキャベツ、ソース				とんかつソース
29 (木)	シャキッとハッシュドポーク	こめ むぎ こめこ バター さとう	ぶたにく	たまねぎ ごぼう エリンギ トマト ソテードオニオン トマトピューレ	ケチャップ デミグラスソース しょうゆ
	キャベツとハムのサラダ	さとう サラダあぶら	ハム	キャベツ きゅうり にんじん	す しょうゆ
30 (金)	みそぼろチャーハン	こめ むぎ ごまあぶら	ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん ふとねぎ にんにく	しお こしょう さけ
	ワンタンスープ	ワンタン マロニー	ベーコン	こまつな にんじん たまねぎ にら	しお こしょう しょうゆ ガラスープ
	フルーツあんにん	あんにんどうふ		バナナ パイン みかん おうとう(黄桃)	

