

れいわ 7 年度 6 月 給食予定献立表



綾小学校

日 (曜)	こんだて	きしょくひん 黄の食品	あかしょくひん 赤の食品	みどりしょくひん 緑の食品	ちょうみりょう た 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	
2 (月)	むぎごはん ちゅうかスープ マー婆ーはるさめ	こめ むぎ てんぶん ごまあぶら はるさめ さとう ごまあぶら	つくね とうふ わかめ ぶたにく	にんじん こまつな えのきたけ ねぎ たけのこ たまねぎ しいたけ ニラ しょうが	ガラスープ しょうゆ さけ しょうゆ オイスターソース さけ しお ガラスープ
3 (火)	しょくパン ジャム しろはなまめのシチュー コーンサラダ	しょくパン メープルゼリージャム じやがいも あぶら こめこ バター あぶら	とりにく ぎゅうにゅう しろはなまめ だいふくまめ かまぼこ	たまねぎ にんじん ブロッコリー コーン きゅうり にんじん	ガラスープ ワイン しお す しょうゆ しお こしょう
4 (水)	シャキッピハッシュドポーク ツナサラダ	こめ むぎ じやがいも バター こめこ ごま さとう	ぶたにく まぐろみずい	たまねぎ ごぼう エリンギ キャベツ きゅうり にんじん こんにゃくかんてん	トマトピューレ ケチャップ しょうゆ デミグラスソース ハヤシルウ しょうゆ す
5 (木)	あじそぼろどん たまねぎのみそしる	こめ むぎ ごま さとう あぶら じやがいも	あじほぐしみ どうふ あぶらあげ わかめ みそ	にんじん たまねぎ あおまめ コーン たまねぎ にんじん ねぎ	しょうゆ みりん しお にぼし
6 (金)	むぎごはん にくうどん じやがいもとだいすのカレーあげ	こめ むぎ うどん さとう あぶら じやがいも こめこ てんぶん あぶら	ぶたにく だいす かえりいりこ	ごぼう にんじん しいたけ ねぎ	にぼし しょうゆ みりん さけ カレーこ しお
7 (月)	むぎごはん うおそうめんじる みそじやが れいとうみかん	こめ むぎ うおそうめん どうふ じやがいも さとう ごまあぶら	ぶたにく みそ	こまつな にんじん ねぎ たまねぎ にんじん いんげん しょうが れいとうみかん	にぼし しょうゆ さけ
10 (火)	コッペパン ペペロンチーノ まめどれんこんのゴマサラダ	コッペパン スパゲティ オリーブオイル ごま さとう ごまあぶら	とりにく ベーコン しろいんげんまめ	ズッキーニ たまねぎ こまつな しめじ にんにく きゅうり にんじん れんこん	ワイン どうがらし しお こしょう しお こしょう す しょうゆ
11 (水)	けいはん のり つけもの かこしま県の郷土料理	こめ むぎ	たまご とりささみ のり きびなご あおのり かつおぶし	にんじん しいたけ ねぎ しょうが つけもの きゅうり	ガラスープ みりん しょうゆ しお ケチャップ しょうゆ ウスターソース しお
12 (木)	むぎごはん みそワンタンスープ チンシャオロースー	こめ むぎ ワンタン ごまあぶら ごまあぶら さとう てんぶん あぶら	みそ ぶたにく	にんじん キャベツ もやし にら にんにく たけのこ しめじ カラービーマン にんにく しょうが	ガラスープ さけ オイスターソース みりん しょうゆ
13 (金)	むぎごはん こうやどうふのおやこに かみかみごぼうサラダ	こめ むぎ さとう さとう ごまあぶら ごま	とりにく こうやどうふ かまぼこ たまご まぐろみずい	たまねぎ にんじん しいたけ ごぼう にんじん コーン きゅうり きゅうり	にぼし しょうゆ さけ しお しょうゆ す
16 (月)	しょか(初夏)のカレー かむかむかいそうのはいにくあえ	こめ むぎ じやがいも あぶら さとう ごまあぶら ごま	あやぶどうぶた かいそうミックス かまぼこ ちりめん	ズッキーニ なす たまねぎ にんじん りんご にんにく せんきりだいこん きゅうり あおまめ コーン ばいにく	ガラスープ カレールウ ケチャップ ウスターソース しお こしょう しょうゆ
17 (火)	こくとうパン やさいたっぷりラーメン シューマイ、ミニトマト	こくとうパン ちゅうかめん あぶら ごまあぶら トマト	ぶたにく ポークシューマイ	キャベツ しめじ たまねぎ にんじん もやし コーン ねぎ ミニトマト	ガラスープ とんこつスープ しょうゆ さけ しお こしょう
18 (水)	むぎごはん もずくのかきたまじる さかなのなんばん	こめ むぎ てんぶん さとう あげあぶら こめこ	もずく たまご どうふ タラ	こまつな にんじん えのきたけ ねぎ たまねぎ にんじん ピーマン	にぼし しょうゆ す しょうゆ
19 (木)	むぎごはん ちくせんに くきわかめのすのもの	こめ むぎ じやがいも さとう あぶら ごま さとう	とりにく あつあげ ちくわ くきわかめ ちりめん だいすフレーク	たけのこ にんじん ごぼう あおまめ こんにゃく しいたけ きゅうり こまつな	しょうゆ みりん さけ す しょうゆ
20 (金)	みそそぼろチャーハン やさいスープ フルーツあんにん	こめ ごまあぶら マカロニ ジやがいも あんにんどうふ	ぶたにく あぶらあげ みそ ベーコン バナナ みかん りんご パイン	たまねぎ にんじん ねぎ にんにく にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー バナナ みかん りんご パイン	しお こしょう さけ ガラスープ しょうゆ しお こしょう
23 (月)	ビビンバどん キムチじる	こめ むぎ さとう ごま ごまあぶら とうふ みそ	ぶたにく たまご とうふ みそ	こまつな にんじん もやし にんにく はくさいキムチ にんじん ごぼう にら こんにゃく	しょうゆ みりん にぼし コチュジャン
24 (火)	マヨネーズパン チリコンカン ひじきとチーズのサラダ	マヨネーズパン(ノンエッグマヨネーズ) じやがいも あぶら さとう さとう オリーブオイル	だいす ぶたにく ひじき かまぼこ チーズ	たまねぎ トマト にんじん パセリ にんにく キャベツ きゅうり レモンじる キャベツ きゅうり レモンじる	しお こしょう ケチャップ ウスターソース チリソース ワイン す しょうゆ しお
25 (水)	むぎごはん ビーフンスープ ミートボールのあますあん	こめ むぎ ビーフン ごま ごまあぶら じやがいも あぶら さとう	とりにく ミートボール	キャベツ エリンギ たまねぎ にんじん ながねぎ にんじん たけのこ ピーマン たまねぎ	ガラスープ しょうゆ しお ケチャップ しょうゆ す
26 (木)	むぎごはん カレーにくじやが うめおかかあえ	こめ むぎ じやがいも さとう あぶら さとう	ぶたにく あぶらあげ ちりめん わかめ かまぼこ かつおぶし	たまねぎ にんじん こんにゃく あおまめ しょうが こまつな きゅうり カリカリうめ	しょうゆ みりん カレーこ しょうゆ
27 (金)	むぎごはん ぶたじる にさかな こんにゃく	こめ むぎ さといも あぶら さとう	ぶたにく とうふ みそ さば	なす たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ こんにゃく しょうが	にぼし しょうゆ さけ みりん
30 (月)	むぎごはん いわしのつみれじる とりにくのこうそうパンこやき そえブロッコリー	こめ むぎ はるさめ ノンエッグマヨネーズ パンこ そえブロッコリー	いわしボール あぶらあげ とりにく	たまねぎ にんじん こまつな しいたけ ながねぎ しょうが にんにく パセリ バジル ブロッコリー	かつおぶし だしこんぶ しょうゆ しお さけ しお こしょう しお

給食日数 6月…21日(米飯17日 パン4日)

今月の綾町の食材:米、にんじん、じやがいも、なす、キャベツ、小松菜、ズッキーニ、きゅうり、にら、ミニトマト、綾ぶどう豚、トマト、エリンギ、しめじ、こんにゃく