

令和6年度 6月 小学校給食献立表

国富町立学校給食共同調理場

日 (曜日)	行事等	☆献立名☆ <small>こんだてめい</small>	黄の食品 <small>き</small> <small>ちからねつ</small> (力や熱となる)	赤の食品 <small>あか</small> <small>ちにく</small> (血や肉となる)	緑の食品 <small>みどり</small> <small>からだちようしとの</small> (体の調子を整える)	調味料 <small>ちようみりよう</small>	エ礼キ-
							たんぱく質
3月		おぎごはん わかめスープ プルコギ	こめ おぎ ごまあぶら ごま サラダあぶら さとう ごまあぶら ごま てんぷん	ぎゅうにゅう ベーコン わかめ どうふ ぶたにく	にんじん たまねぎ しいたけ にんにく たまねぎ にんじん もやし ピーマン	とりがらスープ しょうゆ しお こしょう しょうゆ さけ みりん コチジャン	528 kcal 23.3 g
4火	よく かんてい の健康 週 間 まじ よう	おぎごはん にくじゃが きゅうりのばいにくあえ	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら さとう さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりささみ	にんじん たまねぎ こんにゃく しいたけ あおまめ きゅうり にんじん だいこん ばいにく	さけ みりん しょうゆ す しょうゆ	576 kcal 24.0 g
5水		チーズパン ラビオリのデミグラスに かみかみサラダ <small>~かみかみ献立~</small>	チーズパン じゃがいも サラダあぶら さとう さとう サラダあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ラビオリ ツナ(水煮)	たまねぎ にんじん しめじ あおまめ にんじん きゅうり ごぼう	とりがらスープ トマトケチャップ ウスターソース デミグラスソース ハヤシフレック あかワイン ようふうスープストック す しょうゆ しお こしょう	611 kcal 29.8 g
6木		おぎごはん けんちんじる ちくぜんに	こめ おぎ ごまあぶら サラダあぶら	ぎゅうにゅう あつあげ とりにく みそ	にんじん えのきたけ ごぼう ねぎ しいたけ こんにゃく れんこん たけのこ にんじん ごぼう いんげん	にぼしだし しょうゆ しお しょうゆ みりん さけ	572 kcal 28.9 g
7金		おぎごはん ちゅうかどん だいずとござかなのあげに	こめ おぎ ごまあぶら てんぷん てんぷん さつまいも なたねあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ(いとより・たら) だいず かえり	たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ いんげん にんにく	とりがらスープ しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープストック しお こしょう さけ しょうゆ	560 kcal 29.8 g
10月		おぎごはん とうふのすましじる さばのしょうがに やさいのにしよくあえ	こめ おぎ さとう	ぎゅうにゅう かまぼこ(いとより・たら) どうふ さばしょうがに	にんじん ほうれんそう えのきたけ キャベツ にんじん	かつおだし しょうゆ しお す しょうゆ しお	562 kcal 24.5 g
11火	おぎごはん ハヤシライス フレンチサラダ	こめ おぎ サラダあぶら サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース キャベツ きゅうり にんじん コーン	とりがらスープ ハイシルウ ハヤシフレック デミグラスソース トマ トケチャップ ウスターソース あかワイン しお す しょうゆ しお こしょう	533 kcal 24 g	
12水	ミルクパン チリコンカン はなやさいサラダ	ミルクパン じゃがいも サラダあぶら さとう サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ミックスビーンズ ハム	たまねぎ にんじん しめじ にんにく ブロッコリー カリフラワー きゅうり コーン	とりがらスープ トマトピューレ チリソース トマトケチャップ ウスターソース ようふうスープストック あかワイン しょうゆ す しょうゆ レモンじる しお こしょう	652 kcal 29.9 g	
13木	おぎごはん とりにくとあつあげのみそに きゅうりとわかめのすのもの	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら さとう さとう	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ みそ ツナ(水煮) わかめ	にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ あおまめ きゅうり にんじん キャベツ	みりん しょうゆ さけ す しょうゆ しお	484 kcal 22.3 g	
14金	おぎごはん のっぺいじる しいらのごまあげに キャベツのおひたし	こめ おぎ さといも てんぷん てんぷん なたねあぶら さとう ごま さとう	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ しいら	にんじん こんにゃく ごぼう ねぎ しょうが キャベツ にんじん	にぼしだし しょうゆ さけ しお さけ しお みりん しょうゆ しょうゆ	621 kcal 28.4 g	
17月	おぎごはん ごじる ひむかいため	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ごじるのもと どうふ みそ ぶたにく	にんじん だいこん こんにゃく しめじ こまつな たまねぎ ピーマン せんぎりだいこん しいたけ にんじん いら	にぼしだし みりん さけ しょうゆ オイスターソース	561 kcal 26.5 g	
18火	げんりょうおぎごはん みそにこみうどん せんぎりだいこんのすのもの	こめ おぎ うどん さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ あぶらあげ みそ ツナ(水煮) きざみこんぶ	にんじん しいたけ こまつな ねぎ せんぎりだいこん にんじん きゅうり	かつおだし しょうゆ しお みりん さけ す しょうゆ	562 kcal 26.2 g	
19水	こくどうパン かぼちゃのミートソースに ひゅうがなつドレッシングサラダ	こくどうパン じゃがいも サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ひよこまめ ハム	かぼちゃ たまねぎ にんじん しめじ あおまめ きゅうり にんじん キャベツ	あかワイン とりがらスープ トマトケチャップ トマトピューレ しょうゆ ウスターソース ようふうスープストック ひゅうがなつドレッシング	616 kcal 27.7 g	
20木	おぎごはん はっぼうさい バンバンジーサラダ	こめ おぎ サラダあぶら さとう てんぷん ごまあぶら さとう ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ(いとより・たら) とりささみ	たまねぎ にんじん はくさい たけのこ いんげん にんにく きくらげ にんじん きゅうり もやし	とりがらスープ しょうゆ さけ オイスターソース ちゅうかスープストック こしょう す しょうゆ しお	540 kcal 26.4 g	
21金	おぎごはん ぶたじる アジフライ きゅうりのしおこんぶあえ	こめ おぎ じゃがいも なたねあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく どうふ みそ あじフライ しおこんぶ	にんじん たまねぎ こんにゃく ごぼう しめじ しょうが きゅうり	にぼしだし	573 kcal 26.6 g	
24月	おぎごはん はるさめスープ チンジャオロースー	こめ おぎ はるさめ さとう ごまあぶら てんぷん	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく	たまねぎ にんじん しいたけ チンゲンサイ コーン にんにく にんじん ピーマン(青・赤・黄・橙) たまねぎ たけのこ	とりがらスープ しょうゆ しお こしょう しょうゆ オイスターソース トウバンジャン	535 kcal 23.1 g	
25火	おぎごはん キーマカレー ほうれんそうサラダ	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ(水煮)	たまねぎ にんじん えのきたけ あおまめ にんにく ほうれんそう もやし にんじん コーン	とりがらスープ カレールウ カレーフレック デミグラスソース トマトケチャップ ウスターソース あかワイン しお しょうゆ す	615 kcal 25.6 g	
26水	ミニコッペパン アスパラのクリームパスタ みかんサラダ	コッペパン スパゲッティ サラダあぶら サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん アスパラガス にんにく マッシュルーム みかん キャベツ きゅうり にんじん	しお とりがらスープ ようふうスープストック あかワイン こしょう す しょうゆ しお こしょう	570 kcal 25.8 g	
27木	おぎごはん けいはん やさいのミンチカツ きゅうりのちゅうかあえ	こめ おぎ さとう なたねあぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりささみ きんしたまご ミンチカツ	にんじん しいたけ ねぎ しょうが きざみづけ きゅうり にんじん にんにく	とりがらスープ しょうゆ しお す しょうゆ しお	568 kcal 24.2 g	
28金	おぎごはん カルド・デ・ポジョ タコライス <small>~メキシコ料理~</small>	こめ おぎ サラダあぶら マカロニ サラダあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず	にんじん ズッキーニ コーン ねぎ にんにく しょうが たまねぎ レタス にんにく トマト	しろワイン とりがらスープ しお こしょう しょうゆ バジル レモンじる ようふうスープストック あかワイン トマトケチャップ チリソース しお こしょう	609 kcal 23.4 g	

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料
デミグラスソース	ブラウンルウ(小麦、ラード)、トマトペースト、ソテッドオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、てん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水
スペシャルハヤシフレック	小麦粉、豚脂、食塩、パーム油、砂糖、パプリカ、香辛野菜、大豆粉末、白こしょう、トマト粉末、チキンエキス(豚肉・大豆)、ローレル/カラメル色素、調味料(アミノ酸等)(大豆)、酸味料、乳化剤
Fハイシルウ	小麦粉、食用油脂(ラード、パーム油)、食塩、糖類(砂糖・ぶどう糖)、トマトペースト、オニオンパウダー(脱脂大豆、ぶどう糖)、ガーリックパウダー、香辛料(ペッパー・コーンパウダー・米粉・シナモン・ローレル)、酵母エキスパウダー/カラメル色素
Fカレールウ	小麦粉、食用油脂(ラード・パーム油)、食塩、カレー粉、糖類(砂糖・ぶどう糖)、オニオンパウダー(大豆)、ガーリックパウダー、トマトペースト、酵母エキスパウダー、香辛料(ペッパー・ローレル)/カラメル色素
エブリカレールウ	小麦粉、加工油脂(パーム)、砂糖、食塩、カレー粉、ぶどう糖、コーンスターチ、オニオンパウダー、たん白加水分解物(大豆)、酵母エキス/カラメル色素
国産ミックスビーンズ	大豆(黄大豆、青大豆)、いんげんまめ(手亡、金時)、食塩、水

商品名	原材料
日向夏ドレッシングサラダ	食用植物油脂(なたね・大豆)、日向夏みかん果汁、調味酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、調味料(アミノ酸等)、カラシ抽出物(大豆)
彩野菜のミンチカツ	たまねぎ、にんじん、えだまめ、とうもろこし、キャベツ、鶏肉、豚肉、パン粉(小麦、大豆)、てん粉(馬鈴薯)、粒状植物性たん白(大豆)、砂糖、酵母エキス、しょうが、香辛料(黒こしょう)、【衣】(パン粉、米粉加工品、大豆油)、/加工エテンブ、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、水
さば生姜煮	さば(まさば、ごまさば)、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、てん粉(馬鈴薯)、生姜、食塩、水
ラビオリ	(皮)小麦粉、食塩、水 (具)鶏肉、豚肉、玉ねぎ、パン粉、粒状大豆たん白、豚脂、酵母エキス、ポークエキス、食塩、砂糖、香辛料/調味料(アミノ酸等)、安定剤(加工エテンブ)
山川きざみ漬	干しだいこん、果糖ぶどう糖液糖、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、アミノ酸液、食塩、醸造酢、発酵調味料、香辛料(唐辛子)、たん白加水分解物、水
あじフライ	アジ、【衣】(パン粉、ミックス粉(小麦粉、てん粉(とうもろこし)、食塩、大豆たんぱく、その他(ぶどう糖))、食塩、香辛料(白こしょう)/増粘多糖類、(グアーガム、キサンタンガム)、水