

令和2年度 6月分学校給食献立予定表

金山町学校給食共同調理場

きいろ：熱や力のもとになる あか：体をつくるもとになる みどり：体の調子をととのえる

	月	火	水	木	金
1	ごはん ハンバーグケチャップソース 野菜炒め わかめのみそ汁 牛乳 小651 中795キロカロリー	2 ごはん さわらの竜田揚げ すぎ昆布煮物 道産子汁 牛乳 小690 中840キロカロリー	3 スパゲティナポリタン 照り焼きチキン 干切り野菜のスープ 牛乳 小636 中755キロカロリー	4 むし歯予防献立 ごぼう入りドライカレーライス 茎わかめ入りサラダ レモンソーダゼリー 牛乳 小636 中760キロカロリー	5 ごはん ますのみそマヨネーズ焼き ごま和え みず汁 牛乳 小668 中745キロカロリー
きいろ	★ごはん さとう あぶら	★ごはん あぶら かたくりこ さとう じゃがいも パター	スパゲティ あぶら さとう	★ごはん あぶら ごまあぶら ごま さとう レモンソーダゼリー	★ごはん マヨネーズ ごま さとう じゃがいも
あか	ふたにく きゅうにく パーコン ★あつあげ わかめ みそ きゅうにゅう	さわら すぎこんぶ さつまあげ あぶらあげ ふたにく みそ きゅうにゅう	ふたにく とりにく こなチーズ パーコン きゅうにゅう	ふたにく だいず ハム くわかめ	ます ちくわ ふたにく みそ きゅうにゅう
みどり	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	こんにやく にんじん ★むきまめ こんにやく たまねぎ コーン ねぎ	こんにやく たまねぎ ビーマン トマト コーン キャベツ チンゲンサイ にんじん	しょうが にんにく たまねぎ ごぼう にんじん グリンピース レーズン キャベツ きゅうり	ほうれんそう にんじん もやし こんにやく ★みず
8	ごはん 彩り野菜のメンチカツ 切干大根煮物 チンゲンサイのみそ汁 牛乳 小664 中771キロカロリー	9 ごはん さんまオレンジ煮 ビーフン炒め 根菜汁 牛乳 小656 中789キロカロリー	10 きつね丼 ごぼうサラダ キャベツのみそ汁 牛乳 小716 中870キロカロリー	11 ごはん ふりかけ かつお磯辺フライ 野菜のごま醤油和え なめこ汁 牛乳 小654 中786キロカロリー	12 ごはん 春巻き もやしとわかめのサラダ マーボー豆腐 牛乳 小732 中897キロカロリー
きいろ	★ごはん あぶら さとう パンこ	★ごはん あぶら ビーフン	★ごはん さとう マヨネーズ	★ごはん あぶら パンこ ごま さとう	★ごはん はるまきのかわ ごまあぶら はるまめ あぶら さとう かたくりこ
あか	とりにく ふたにく さつまあげ あぶらあげ みそ きゅうにゅう	さんま パーコン ★あつあげ みそ きゅうにゅう	ふたにく あぶらあげ ツナ みそ きゅうにゅう	かつお とりさきみ ★あつあげ みそ きゅうにゅう わかめ	ふたにく かまぼこ わかめ ★とうふ みそ きゅうにゅう
みどり	にんじん コーン キャベツ たまねぎ きりほしだいこんこんにやく ★むきまめ しめじ チンゲンサイ	たまねぎ にんじん キャベツ ごぼう ビーマン だいこんこんにやく ねぎ	こんにやく にんじん たまねぎ ★むきまめ ごぼう きゅうり コーン えのきたけ キャベツ ねぎ	フロッコリー にんじん キャベツ なめこ ねぎ	キャベツ もやし にんじん しょうが こんにやく たまねぎ ニら
15	ごはん 鶏肉の揚げ照り ひじきと大豆の煮物 玉ねぎのみそ汁 牛乳 小664 中794キロカロリー	16 ごはん さば昆布醤油焼き 梅おかか和え いももち汁 牛乳 小669 中801キロカロリー	17 ハヤシライス ツナサラダ ぶどうゼリー 牛乳 小709 中855キロカロリー	18 ごはん あじ松葉フライ 豚キムチ炒め しめじのみそ汁 牛乳 小648 中783キロカロリー	19 豚ニら丼 もやしのナムル フルーツポンチ 牛乳 小653 中786キロカロリー
きいろ	★ごはん かたくりこ あぶら さとう ごま	★ごはん さとう いももち	★ごはん あぶら じゃがいも パター さとう ぶどうゼリー	★ごはん パンこ あぶら さとう ごま ごまあぶら	★ごはん あぶら かたくりこ ごま ごまあぶら いちごゼリー
あか	とりにく ひじき さつまあげ だいず あぶらあげ みそ きゅうにゅう	さば かつおぶし とりにく あぶらあげ きゅうにゅう	ふたにく だいず ツナ きゅうにゅう	あじ ふたにく ★とうふ みそ きゅうにゅう	ふたにく きゅうにゅう
みどり	こんにやく にんじん こまつな たまねぎ しめじ	キャベツ もやし にんじん ごぼう ★むきまめ ねりうめ だいこん ほししいたけ ねぎ	にんにく にんじん しめじ たまねぎ トマト キャベツ きゅうり コーン	しょうが はくさいキムチ ★ニら キャベツ もやし しめじ ねぎ	しょうが にんにく たまねぎ ★ニら にんじんこんにやく もやし ほうれんそう みかん もも パイン アロエ ナタデココ
22	ごはん さばのみそ煮 洋風きんぴら すまし汁 牛乳 小659 中792キロカロリー	23 ごはん ふりかけ とり鶏つくね のりチーズ和え じゃがいものみそ汁 牛乳 小636 中734キロカロリー	24 ツナ丼 ブロッコリーサラダ もずくスープ さくらんぼ 牛乳 小647 中784キロカロリー	25 ごはん 鶏肉のごまだれかけ 茎わかめ炒め 小松菜のみそ汁 牛乳 小660 中780キロカロリー	26 ポークカレーライス 春雨サラダ いちごゼリー 牛乳 小712 中867キロカロリー
きいろ	★ごはん あぶら さとう ごま	★ごはん じゃがいも ごま	★ごはん あぶら さとう ごま	★ごはん さとう ごま あぶら	★ごはん あぶら じゃがいも はるまめ カレールフ さとう ごまあぶら いちごゼリー
あか	さば パーコン とりにく ★とうふ なると みそ きゅうにゅう	とりにく のり チーズ あぶらあげ みそ きゅうにゅう かつおぶし	ツナ ハム ★とうふ もずく きゅうにゅう	とりにく くわかめ さつまあげ ★とうふ みそ きゅうにゅう	ふたにく だいず スキムミルク かまぼこ きゅうにゅう
みどり	ごぼう にんじんこんにやく ビーマン ほうれんそう	たまねぎ にんじん ひじき こまつな キャベツ ねぎ	しょうがこんにやく たまねぎ にんじん ★むきまめ ブロッコリー キャベツ ねぎ ★さくらんぼ	しょうが にんじんこんにやく さやいんげん こまつな ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト もやし きゅうり
29	ごはん 酢豚 塩昆布和え わかめスープ 牛乳 小644 中771キロカロリー	30 ごはん さわらのねぎみそ焼き 肉じゃが ニらのみそ汁 牛乳 小678 中822キロカロリー	<div data-bbox="750 1769 1340 2038" data-label="Complex-Block"> <h3>6月の金山産紹介</h3> <ul style="list-style-type: none"> ○お米(はえぬぎ) ○むきまめ(天口鯉屋) ○豆腐・厚揚げ(ならだいのトーフ屋) ○にら(夢市グループ) ○みず(中田地区 千川原誠一さん) ○さくらんぼ(荒屋地区 阿部豊春さん) <p>金山町のふるさとの味をあげましょう!</p> </div>		
きいろ	★ごはん あぶら かたくりこ さとう ごま	★ごはん さとう あぶら じゃがいも			
あか	ふたにく しおこんぶ わかめ パーコン きゅうにゅう	さわら ふたにく ★とうふ みそ きゅうにゅう			
みどり	しょうが だけのこ たまねぎ しめじ にんじん ビーマン ほししいたけ キャベツ きゅうり チンゲンサイ	ねぎ しょうがこんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん ★ニら えのきたけ			

- 都合により、献立が変更になる場合があります。
- 小：小学校 中：中学校のカロリーになります。
- ★は金山産の食材を使用する予定です。