

令和8年6月 学校給食予定献立表(小学校)

にち	ようび	こんだてめい ◆: よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる	からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギー (kcal)
			(き)	(あか)	(みどり)	たんぱくしつ (g)
1	月	ごはん ぎゅうにゅう コロッケ きんぴらごぼう◆ とうふのみそしる	ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ パンこ しろごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ だいこん えのきだけ はねぎ	629 21.4
2	火	ごはん ぎゅうにゅう ポークチャップ コールスロー チキンとポテトのスープ	ごはん あぶら さとう ドレッシング じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ とりにく	にんにく キャベツ ブロッコリー レモン たまねぎ はくさい にんじん しめじ パセリ	610 24.6
3	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのごまみそかけ さんしょくあえ がんもとだいこんのうまに	ごはん あぶら さとう しろごま	ぎゅうにゅう みそ とりにく ぶたにく がんもどき	こまつな もやし とうもろこし しょうが だいこん たまねぎ にんじん さやいんげん	632 34.7
4	木	ごはん ぎゅうにゅう すずきのレモンソース アスパラとハムのサラダ とうにゅうのクリームスープ さつまいもチップス◆	ごはん あぶら こめこ でんぶん さとう ドレッシング さつまいも じゃがいも	ぎゅうにゅう すずき ハム(とり) ウインナー(ぶた) とうにゅう	レモン アスパラガス キャベツ たまねぎ にんじん パセリ とうもろこし	639 24.4
5	金	チキンカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう オムレツのトマトバジルソース かいそうサラダ	ごはん むぎ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら じゃがいも こめこカレールウ	ぎゅうにゅう たまご かいそう とりにく	トマト バジル にんにく もやし きゅうり レタス しょうが たまねぎ にんじん グリーンピース	635 21.0
8	月	ごはん あじつけのり ぎゅうにゅう さけのおしおこじやき かんぴょうのいために さつまいものみそしる	ごはん あぶら さとう さつまいも	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく あぶらあげ なまあげ みそ のり	ごぼう かんぴょう にんじん ほししいたけ さやいんげん しょうが たまねぎ もやし はねぎ	622 28.4
9	火	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグデミソース マカロニサラダ コンソメスープ	ごはん あぶら さとう でんぶん マカロニ ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう ツナ ハンバーグ(とり・ぶた) とりにく	トマト キャベツ きゅうり はくさい たまねぎ にんじん しめじ パセリ	646 24.7
10	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ(2こ) キャベツのすりこまあえ かきたまじる	ごはん あぶら こめこ でんぶん しろごま さとう	ぎゅうにゅう たまご とりにく とうふ あぶらあげ	しょうが にんにく キャベツ さやいんげん にんじん たまねぎ だいこん えのきだけ はねぎ	633 30.9
11	木	ごはん ぎゅうにゅう むしポークしゅうまい(2こ) プルコギ わかめスープ あんにんゼリー	ごはん あぶら さとう しゅうまいのかわ ごまあぶら ゼリー はるさめ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく しゅうまいのぐ(ぶた) とりにく わかめ	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ なましいたけ ねぶかねぎ はくさい もやし にんじん はねぎ	626 23.3
12	金	とりすきとんぶり(むぎごはん) ぎゅうにゅう イカメンチカツ やさいのうめこんぶあえ	ごはん むぎ あぶら しろごま さとう こむぎこ パンこ	ぎゅうにゅう いか こんぶ とりにく やきとうふ	こまつな れんこん うめほし たまねぎ はくさい にんじん ねぶかねぎ こんにゃく	623 24.7
15	月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそしょうがいため ごぼうサラダ いもだんごじる	ごはん あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ いもだんご	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが ごぼう キャベツ チンゲンサイ はくさい だいこん はねぎ	638 25.2
16	火	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ(2こ) もやしのあますあえ じゃがいものそぼろに	ごはん あぶら さとう じゃがいも こむぎこ	ぎゅうにゅう ちくわ ハム(ぶた) とりにく あおのり	もやし きゅうり たまねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん	626 26.1
17	水	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごのすぶたふう チンゲンサイのちゅうかあえ ワンタンスープ オレンジゼリー	ごはん あぶら さとう でんぶん しろごま ごまあぶら ゼリー ワンタンのかわ	ぎゅうにゅう さわら とりにく ぶたにく なまあげ みそ	たまねぎ たけのこ ピーマン パプリカ(き) キャベツ チンゲンサイ にんじん はくさい もやし ほししいたけ ねぶかねぎ	640 25.3
18	木	ごはん ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ ひねボンあえ とんじる	ごはん あぶら でんぶん さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう さわら とりにく ぶたにく なまあげ みそ	しょうが キャベツ こまつな ゆず たまねぎ だいこん にんじん えのきだけ はねぎ	631 27.4
19	金	わかめごはん(むぎいり) ぎゅうにゅう かぼちゃのカレーチーズやき さきみとやさいのこまどしあえ コンスープ	ごはん むぎ あぶら ノンエッグマヨネーズ しろごま ドレッシング じゃがいも	ぎゅうにゅう チーズ わかめ ハム(とり) とりにく ベーコン	かぼちゃ キャベツ レタス きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	632 21.7
22	月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチ きりほしだいこんのナムル ミニぎょうざスープ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ぎょうざのかわ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム(とり) ぎょうざのぐ(ぶた・とり)	はくさいキムチ もやし ピーマン たけのこ きりほしだいこん きゅうり にんにく たまねぎ キャベツ にんじん ねぶかねぎ ほししいたけ	633 25.0
23	火	ごはん ぎゅうにゅう あじのかばやきふう やさいのたくあんあえ すりごまけんちんじる	ごはん あぶら さとう でんぶん しろごま	ぎゅうにゅう あじ とりにく とうふ	しょうが たくあん もやし ほうれんそう ごぼう だいこん にんじん えのきだけ はねぎ	631 28.9
24	水	ピタパン ぎゅうにゅう チリコンカン ポテトサラダ ラッキーとりだんごスープ おちゃプリン	ピタパン でんぶん あぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ プリン	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく だいす ひよこ豆 ハム(とり) とりだんご	たまねぎ マッシュルーム しめじ トマト にんにく きゅうり キャベツ もやし にんじん とうもろこし さやいんげん	649 29.3
25	木	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのマスタードやき こまつなとちくわのかつおあえ ぶたにくとたまねぎのみそしる	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ かつおぶし ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ	こまつな はくさい たまねぎ にんじん なましいたけ はねぎ	628 33.8
26	金	ごはん ぎゅうにゅう とびうおのフライ おかひじきとハムのあえもの だいこんとあつあげのうまに	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう	ぎゅうにゅう とびうお ハム(ぶた) とりにく なまあげ	おかひじき キャベツ だいこん たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん しょうが	623 24.9
29	月	ごはん ぎゅうにゅう チキンナゲット(2こ) きゅうりとわかめのサラダ ポークハヤシシチュー	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ビーフルウ こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく わかめ ぶたにく	きゅうり もやし たまねぎ にんじん グリンピース しめじ トマト	609 23.0
30	火	ごはん ぎゅうにゅう やきにくふういため こふきいも そうめんじる	ごはん あぶら さとう でんぶん じゃがいも そうめん	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	キャベツ もやし とうもろこし ピーマン パセリ たまねぎ だいこん にんじん ほししいたけ はねぎ	636 27.2

※ 材料の都合等により、献立の一部を変更することがあります。給食実施日については、各校の行事予定等でお確かめ下さい。
 ※ 食材料については主なもののみ記してあります。アレルギー等で食材料表が必要な方はセンターまでご連絡ください。
 ※ たつの市産(予定) …こめ・じゃがいも・キャベツ・こまつな・だいこん・たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん・はねぎ・はくさい・バジル