

令和8年 6月 学校給食予定献立表(小学校)

にち	よっぴ	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	あかしそごはん(むぎいり) きゅうにゅう さわらのごまみそかけ ハムとキャベツのあえもの のっぺいじる うめゼリー	ごはん むぎ あぶら さとう しろごま ドレッシング さといも でんぶん ゼリー	きゅうにゅう さわら みそ ハム(ぶた) とりにく	あかしそ キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん しめじ ねぶかねぎ	638 30.6
2	火	フーンパン チョコだいず きゅうにゅう えびしゅうまい(2こ) ツナとだいこんのサラダ にくだんごはるさめのスープ	パン あぶら しゅうまいのかわ ノンエッグマヨネーズ はるさめ ごまあぶら チョコだいず	きゅうにゅう ツナ しゅうまいのく(えび・たら) にくだんご(ぶた・とり)	だいこん きゅうり パセリ たまねぎ たけのこ にんじん なましいたけ はねぎ	656 24.4
3	水	ごはん きゅうにゅう とりにくのマスタードソース ポテトサラダ キャベツとウィンナーのスープ	ごはん あぶら さとう でんぶん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	きゅうにゅう とりにく ハム(ぶた) ウィンナー(とり)	きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん	618 26.7
4	木	ごはん きゅうにゅう ごぼうのかきあげ くきわかめのきんぴら◆ とんじる	ごはん あぶら じゃがいも ごむぎこ さとう ごまあぶら さといも	きゅうにゅう ちくわ くきわかめ とりにく ぶたにく あぶらあげ みそ	ごぼう たまねぎ もやし たけのこ パプリカ(あか) さやいんげん えのきだけ にんじん だいこん はねぎ	623 22.9
5	金	ごはん きゅうにゅう やきとりふういため キャベツのごまあえ カレーうどん	ごはん あぶら さとう でんぶん しろごま うどん こめカレーうどん	きゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ	ねぶかねぎ ほうれんそう キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん	615 27.3
8	月	ごはん きゅうにゅう にくだんごのすぶたふう ほうれんそうのナムル ラッキョウわかめスープ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	きゅうにゅう とりにく にくだんご(ぶた・とり) なまあげ わかめ	たまねぎ たけのこ ねぶかねぎ ピーマン ほししいたけ もやし しょうが ほうれんそう なら キャベツ にんにく にんじん	610 22.1
9	火	ごはん きゅうにゅう かつおのしんたまソース かんぴょうのいために みそけんちんじる	ごはん あぶら でんぶん さとう	きゅうにゅう かつお ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	しょうが たまねぎ にんじん にんにく かんぴょう ごぼう こんにゃく だいこん はねぎ パプリカ(あか) ほししいたけ	648 29.9
10	水	ごはん きゅうにゅう とりにくのマーレードソース マカロニサラダ にんじんのとうにゅうポタージュ	ごはん あぶら さとう マーレード じゃがいも こめこ でんぶん にゅうぶししょうマーガリン マカロニ ノンエッグマヨネーズ	きゅうにゅう とりにく ペーコン とうにゅう	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ パセリ	627 24.6
11	木	ぶたどんぶり(むぎごはん) きゅうにゅう たこのからあげ◆ たくあんあえ	ごはん むぎ あぶら でんぶん さとう	きゅうにゅう たこ ぶたにく	たくあん ほうれんそう もやし ねぶかねぎ たまねぎ にんじん こんにゃく	618 27.1
12	金	ごはん きゅうにゅう チーズスタックルピ はるさめサラダ ワンタンスープ スウィーティーゼリー	ごはん あぶら さつまいも さとう はるさめ ワンタンのかわ ゼリー	きゅうにゅう とりにく チーズ ぶたにく なまあげ	たまねぎ キャベツ たけのこ もやし きゅうり はねぎ はくさいキムチ ほししいたけ にんじん チンゲンサイ	626 22.8
15	月	ごはん きゅうにゅう あじのみりんほしやき ごぼうサラダ がんもどき	ごはん あぶら しろごま じゃがいも ノンエッグマヨネーズ さとう	きゅうにゅう あじ ハム(ぶた) きゅうにく がんもどき	しょうが きゅうり しょうが たまねぎ にんじん さやいんげん	656 32.8
16	火	きなこパン きゅうにゅう にくみチキンハンバーグ キャベツのごまネーズサラダ マカロニスープ	パン あぶら さとう しろごま ノンエッグマヨネーズ マカロニ	きゅうにゅう きなこ ハンバーグ(とり) ハム(ぶた) とりにく	キャベツ とうもろこし たまねぎ はくさい にんじん パセリ	634 34.4
17	水	ごはん きゅうにゅう やきぎょうざ(2こ) ぶたキムチ チンゲンサイのスープ	ごはん あぶら ぎょうざのかわ ごまあぶら	きゅうにゅう ぶたにく ぎょうざのく(ぶた) とうふ とりにく	はくさいキムチ もやし キャベツ たまねぎ なら チンゲンサイ しょうが にんじん ほししいたけ	604 24.3
18	木	ごはん きゅうにゅう チキンカツ ツナサラダ いなかじる	ごはん あぶら ごむぎこ パンこ ドレッシング さといも	きゅうにゅう とりにく ツナ なまあげ みそ	キャベツ にんじん ほうれんそう たまねぎ だいこん なめこ はねぎ	641 28.2
19	金	ごはん きゅうにゅう さばのこうみやき やさいのこんぶあえ ぶたじゃが	ごはん あぶら しろごま じゃがいも ごまあぶら さとう	きゅうにゅう さば こんぶ ぶたにく	しょうが にんにく もやし さやいんげん たまねぎ にんじん こんにゃく キャベツ	643 27.8
22	月	ごはん きゅうにゅう ちくわのくろごまあげ(2ほん) こまつなのゆずポンずあえ おやこに	ごはん あぶら ごむぎこ くるごま さとう じゃがいも でんぶん	きゅうにゅう ちくわ ハム(ぶた) とりにく たまご こうやとうふ	こまつな もやし ゆず ほししいたけ にんじん たまねぎ さやいんげん	605 26.4
23	火	ハヤシルイス(むぎごはん) きゅうにゅう とりにくのみそマヨやき わかめサラダ	ごはん むぎ あぶら ノンエッグマヨネーズ さとう ごまあぶら じゃがいも ハヤシルウ	きゅうにゅう とりにく みそ わかめ ぶたにく	シラス キャベツ トマト きゅうり とうもろこし たまねぎ グリンピース マッシュルーム にんじん	670 29.6
24	水	ごはん きゅうにゅう いかのレモンソース◆ まめまめサラダ コーンスープ	ごはん あぶら さとう でんぶん ノンエッグマヨネーズ じゃがいも こめこ	きゅうにゅう いか ハム(とり) だいず ペーコン	しょうが レモン パセリ えだまめ さやいんげん ブロッコリー カリフラワー とうもろこし たまねぎ	612 31.0
25	木	ごはん きゅうにゅう ぶたにくのさっぱりいため さんしよくあえ ゆばのすましじる パイナップル	ごはん あぶら さとう	きゅうにゅう ぶたにく ゆば あぶらあげ	もやし ピーマン キャベツ しょうが こまつな はねぎ とうもろこし パイナップル たまねぎ にんじん しめじ	603 25.4
26	金	ごはん きゅうにゅう すすきのカレーあげ いんげんのすりごまあえ ちくぜんに	ごはん あぶら でんぶん しろごま さとう	きゅうにゅう すずき とりにく	さやいんげん もやし たけのこ にんじん こんにゃく れんこん ごぼう ほししいたけ	601 26.0
29	月	ごはん きゅうにゅう とりのてりやき おかひじきのあえもの こんさいのごまじる	ごはん あぶら さとう でんぶん しろごま	きゅうにゅう とりにく ツナ とうふ あぶらあげ みそ	おかひじき もやし とうもろこし だいこん にんじん ごぼう ねぶかねぎ	616 27.5
30	火	ごはん きゅうにゅう ぶたのかくに もやしとハムのあますあえ いもだんごじる	ごはん あぶら さとう でんぶん いもだんご	きゅうにゅう ぶたにく ハム(とり) とりにく あぶらあげ	しょうが にんにく もやし こんにゃく ねぶかねぎ キャベツ にんじん はねぎ だいこん たまねぎ	615 30.8

※ 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・なら・にんじん・にんにく・