

6月 給食献立表

令和7年						後・完了期	
日	曜	昼 食	3時	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)
2	月	ごはん たらの塩焼き ひじき煮 みそ汁	一口ドーナツ 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ ソフト豆腐・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・乾燥ひじき・車糖・麴 ホットケーキミックス 調合油	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・グリーンピース 西洋かぼちゃ カットわかめ	清酒・食塩 こいくちしょうゆ 煮干しだし かつお・昆布だし
3	火	ごはん 牛肉の時雨煮(完了) 鶏ミンチの時雨煮(後期) 酢の物 みそ汁	ソフトきな粉クッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ・きな粉 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・冷凍いんげん 車糖・さつまいも ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん しめじ・きゅうり りよくとうもやし・えのきたけ	清酒・こいくちしょうゆ 穀物酢・食塩 煮干しだし かつお・昆布だし
4	水	ごはん 高野豆腐の含め煮 ゆかり和え みそ汁	バインケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	凍り豆腐・鶏もも(完了) 鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・冷凍いんげん・車糖 ホットケーキミックス	にんじん・大根・乾しいたけ きゅうり・りよくとうもやし ゆかりふりかけ・白菜 たまねぎ・バイン缶	こいくちしょうゆ・清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし
5	木	ごはん たらのカレー風味焼き おかか和え すまし汁	小豆寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・かつお節 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) こしあん	米・車糖・白味噌	しょうが・キャベツ・大根 にんじん・カットわかめ たまねぎ・寒天 きゅうり	清酒・カレー粉 こいくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし
6	金	ハニーロール(完了) ごはん(後期) 具だくさんスープ ツナサラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	ゆかりおにぎり 麦茶	鶏もも(完了) ノンオイルツナ缶 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	ハニーロール(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・マヨドレ 米(後期・完了)	にんじん・たまねぎ 大根・しめじ ブロッコリー・きゅうり キャベツ・りんご・ゆかりふりかけ	食塩・穀物酢・麦茶
7	土	ピラフ スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・顆粒コンソメ 冷凍コーン 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・青ピーマン エリンギ・りよくとうもやし	食塩・麦茶
9	月	ごはん たらのマヨドレ焼き ごま和え みそ汁	フルーツ寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・マヨドレ・いりごま・車糖	こまつな・キャベツ にんじん・しめじ りよくとうもやし・えのきたけ バイン缶・もも缶・みかん缶 寒天	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 煮干しだし
10	火	ごはん マーボー春雨 きゅうりの中華和え スープ	小豆ケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・普通はるさめ 合挽ミンチ(完了)・車糖 顆粒コンソメ・ごま油 ホットケーキミックス ゆで小豆パウチ	にんじん・たまねぎ 青ピーマン・生しいたけ・きゅうり カットわかめ・にんじん	こいくちしょうゆ・食塩
11	水	カレーライス サラダ	自然素材のお菓子 牛乳(完了) ミルク(後期)	普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・じゃがいも 顆粒コンソメ・かたくり粉 調合油・牛肉(完了) 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん しめじ・キャベツ・きゅうり	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢
12	木	ごはん たらの照り焼き 切干大根の煮物 みそ汁	フルーツミックス 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖 冷凍グリーンピース	しょうが・切干しだいこん にんじん・乾しいたけ 白菜・りよくとうもやし バイン缶・もも缶	こいくちしょうゆ・清酒 みかん缶 かつお・昆布だし 煮干しだし
13	金	食パン(完了) ごはん(後期) 牛肉のトマト煮込み(完了) 鶏ミンチのトマト煮込み(後期) 春雨サラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	わかめおにぎり 麦茶	鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	食パン(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・普通はるさめ マヨドレ・わかめふりかけ 米(後期・完了) 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー トマトホール缶・きゅうり りんご	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 麦茶
14	土	中華丼 スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・顆粒コンソメ・かたくり粉 じゃがいも 自然素材のお菓子	はくさい・たまねぎ・にんじん 生しいたけ	清酒・こいくちしょうゆ 麦茶 食塩
16	月	ごはん たらの味噌焼き 酢の物 すまし汁	りんごゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・たけや味噌・車糖	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・ほうれんそう たまねぎ・りんご飲料・寒天	清酒・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし
17	火	ごはん 鶏の照り焼き(完了) 鶏ミンチの照り焼き(後期) ナムル スープ	さつま芋スティック 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	米・車糖・いりごま・ごま油 冷凍コーン・顆粒コンソメ さつまいも	しょうが・ほうれんそう りよくとうもやし・にんじん カットわかめ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒・食塩 中濃ソース
18	水	ごはん 肉じゃが きゅうりの浅漬け みそ汁	バナナケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・じゃがいも 冷凍いんげん・車糖 麴 ホットケーキミックス 牛肉(完了)	にんじん・たまねぎ 乾しいたけ・きゅうり カットわかめ・しめじ バナナ	こいくちしょうゆ・清酒 昆布茶・食塩 煮干しだし かつお・昆布だし
19	木	ごはん 煮魚 ゆかり和え みそ汁	フライドポテト 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・さつまいも じゃがいも・調合油	しょうが・はくさい・きゅうり にんじん・ゆかりふりかけ たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒 食塩 煮干しだし
20	金	丸パン(完了) ごはん(後期) チキンカツ(完了) 鶏ミンチ揚げ(後期) さつまいもサラダ スープ 牛乳(完了) ミルク(後期)	ももケーキ 麦茶	鶏むね(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	かたくり粉 調合油・さつまいも マヨドレ・顆粒コンソメ ホットケーキミックス 米(後期・完了) 丸パン(完了)	きゅうり・ミックス・ｼﾞﾀﾞﾙ カットわかめ・たまねぎ えのきたけ・もも缶	食塩・清酒・中濃ソース 穀物酢・麦茶
21	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖 自然素材のお菓子	にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・食塩 清酒・麦茶・煮干しだし かつお・昆布だし
23	月	ごはん たらの味噌マヨ焼き きざみのり和え みそ汁	ソフトきな粉クッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) ミルク(後期) きな粉	米・たけや味噌・マヨドレ 車糖・じゃがいも ホットケーキミックス	はくさい・キャベツ にんじん キザミノリ たまねぎ・えのきたけ	清酒・食塩 こいくちしょうゆ 煮干しだし
24	火	ごはん なすと豚肉の味噌炒め(完了) なすと鶏ミンチの味噌炒め(後期) サラダ スープ	じゃがもちくん 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 赤みそ・普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	米・ごま油・かたくり粉 車糖・冷凍コーン・調合油 顆粒コンソメ・じゃがいも	なす・たまねぎ にんじん・キャベツ カットわかめ・白菜	清酒・こいくちしょうゆ 穀物酢・食塩
25	水	牛丼(完了) 鶏ミンチ丼(後期) みそ汁	りんごケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・車糖 さつまいも ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・しめじ りんご缶	こいくちしょうゆ・清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし
26	木	ごはん たらの塩焼き ごま和え みそ汁	ぶどうゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・いりごま・車糖・麴	キャベツ・きゅうり・にんじん えのきたけ・ぶどう飲料・寒天	清酒・食塩 煮干しだし こいくちしょうゆ
27	金	イエローロール(完了) ごはん(後期) ポトフ 大豆サラダ 種なしブルーン 牛乳(完了) ミルク(後期)	菜めしおにぎり お茶	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	イエローロール(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・大豆水煮 マヨドレ・菜飯ふりかけ 米(後期・完了)	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり 種無しブルーン	食塩・穀物酢・番茶
28	土	鶏ミンチ丼 みそ汁	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖・かたくり粉 じゃがいも 自然素材のお菓子	にんじん・たまねぎ・生しいたけ	清酒・こいくちしょうゆ 麦茶・かつお・昆布だし 煮干しだし
30	月	ごはん たらの西京焼き ひじきサラダ みそ汁	みかんゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・白味噌 乾燥ひじき・冷凍コーン ごま油・麴	にんじん・きゅうり・キャベツ なす・りよくとうもやし・寒天	清酒・穀物酢 こいくちしょうゆ みかん缶 煮干しだし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆										
エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
420 kcal	17.6 g	12.0 g	64.0 g	186 mg	1.7 mg	193 μg	0.29 mg	0.28 mg	21 mg	1.5 g

- ・材料入荷の都合により変更する場合があります。
- ・牛乳は100ccを飲んでいきます。
- ・ホットケーキミックスは卵、乳製品不使用のものを使用しています。
- ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のこです。