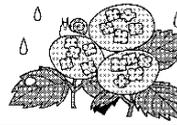


6月 予定献立表



日	給食なし	こん だて 献立	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あか 赤の食べ物 (からだをつくる)	きいろ 黄色の食べ物 (ねつ ちから 熱や力のもと)	みどり 緑の食べ物 (からだ ちょうし 体の調子をととのえる)	ちやうみりやう 調味料	エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分
1 火		牛乳			X					牛乳				
		玄米入りロールパン◎	X		X					(脱脂粉乳)	小麦粉 玄米 砂糖	ショートニング	塩)	776 Kcal
		クラムチャウダー	X		X					豆乳 あさり 豚肉	じゃが芋 小麦粉 バター	玉ねぎ 人参 マッシュルーム	パイオン 塩 こしょう	27.9 g
		オレンジドレッシングサラダ								脱脂粉乳	油	キャベツ きゅうり 人参	酢 塩 こしょう	2.9 g
2 水	対島中	牛乳			X					牛乳				
		ジャンバラヤ			X		X			えび ベーコン	米 バター	玉ねぎ 人参 トマト缶	コンソメ 塩 こしょう	897 Kcal
		ナッツからめ						X		煮干し 大豆	でん粉 油 ビーナツ	マッシュルーム グリルピーズ 赤ピーマン	みりん しょうゆ	42.8 g
		ほうれん草と豆腐のスープ			X					豆腐 卵 豚肉	でん粉	ほうれん草 人参	さば節 しょうゆ 塩	33.5 g
3 木		抹茶パイ	X		X						パイシート (小麦粉)	抹茶 油 脱脂粉乳	砂糖)	3.6 g
		牛乳			X					牛乳				
		ご飯			X					米				
		鶏肉とカシューナッツの炒め物								鶏肉	カシューナッツ 小麦粉	だけのこ ビーマン しめじ	しょうゆ 酒	26.6 g
4 金		きゅうりの華風漬け									ごま油	人参 しいたけ しょうが	しょうゆ 酢 トウモロコシ	31.8 g
		杏仁豆腐			X					牛乳 寒天	砂糖	みかん缶 バイン缶 桃缶		2.4 g
		牛乳			X					牛乳				
		パン◎	X		X					(脱脂粉乳)	小麦粉 砂糖 ショートニング		塩)	886 Kcal
7 月		チーズ入りピーズコロッケ	X		X					豚肉 大豆 チーズ	じゃが芋 パン粉 油	玉ねぎ	塩 こしょう	33.5 g
		ポイルキャベツ								卵 脱脂粉乳	マッシュポテト 小麦粉	キャベツ	ソース	31.0 g
		豚肉とチンゲンサイのスープ								豚肉	でん粉	玉ねぎ チンゲンサイ	パイオン 塩 しょうゆ	4.3 g
		グレープフルーツ										マッシュルーム 人参	酒 こしょう	
8 火		牛乳			X					牛乳				
		ロールパン◎	X		X					(脱脂粉乳)	小麦粉 砂糖 ショートニング		塩)	830 Kcal
		ポークピーズ	X		X					牛乳 いんげん豆	バター 小麦粉 油	玉ねぎ 人参 トマト缶	がやっパ 塩 こしょう	28.3 g
		ポテトソテー								豚肉	じゃが芋 油	人参 パセリ	ワイン 塩 こしょう	34.0 g
9 水		ミニサラダ									油 砂糖	キャベツ きゅうり コーン	酢 塩 こしょう	3.5 g
		国産レモンゼリー								国産レモンゼリー	(砂糖 水あめ レモン果汁)			
		ラムネ型チーズ◎			X					チーズ				
		牛乳			X					牛乳				
10 木		ご飯			X					米				
		さばのみりん干し								さば	油 砂糖	ほうれん草 人参	しょうゆ みりん	37.2 g
		カラフルひじき炒め								豚肉 ひじき	春雨 油 砂糖	赤ピーマン 黄ピーマン ビーマン	みりん しょうゆ 塩	26.0 g
		駿河汁								豆腐 あじ いか	里芋 こんにゃく	大根 人参 しょうが	さば節 塩	3.2 g
11 金		さくらんぼ								みそ	でん粉	さくらんぼ		
		牛乳			X					牛乳				
		ご飯			X					米				
		鶏肉とじゃが芋のスパイス揚げ	X		X					鶏肉 卵	じゃが芋 コーラーク 油	にんにく	しょうゆ 塩 こしょう	28.1 g
14 月		華わかめのごま酢和え								華わかめ	ごま 砂糖	キャベツ きゅうり	酢 しょうゆ	24.0 g
		中華風コーンスープ			X					卵	でん粉 春雨	人参 根菜ねぎ	パイタン しょうゆ 塩	2.8 g
		オレンジ										しいたけ	こしょう	
		牛乳			X					牛乳				
15 火		パン◎	X		X					(脱脂粉乳)	小麦粉 砂糖 ショートニング		塩)	800 Kcal
		皿うどん	X							豚肉 いか なると	小麦粉 (小麦粉)	もやし 玉ねぎ 白菜	パイタン しょうゆ 塩	30.0 g
		焼きぎょうざ◎	X							焼きぎょうざ (キャベツ)	玉ねぎ たら 豚肉	鶏肉 しょうが 砂糖	小麦粉 大豆 小麦粉	27.4 g
		あじさいゼリー			X					ヨーグルト 寒天	砂糖	ぶどうジュース アロエ		3.0 g
15 火		牛乳			X					牛乳				
		しらすのかき揚げ丼	X		X					しらす 卵	米 小麦粉 油	玉ねぎ 葉ねぎ	しょうゆ みりん さば節	820 Kcal
		磯香和え								のり	でん粉 砂糖	ほうれん草 キャベツ もやし	しょうゆ	37.2 g
		田舎汁								生揚げ みそ	里芋 こんにゃく	大根 人参 しょうが	さば節	22.6 g
15 火		グレープフルーツ									油	いんげん		4.8 g
		牛乳			X					牛乳				
		アンパン◎	X		X					小豆	小麦粉 砂糖	脱脂粉乳 ショートニング	塩)	762 Kcal
		スペイン風オムレツ			X					卵	じゃが芋 油	玉ねぎ トマト グリルピーズ	塩 こしょう	35.1 g
15 火		ナッツ入り海藻サラダ								ツナ 海藻	アーモンド 油	キャベツ きゅうり 人参	酢 しょうゆ 塩	27.7 g
		冷凍みかん										みかん	からし	3.2 g

日	給食なし	献立	小麦	そば	卵	乳	えび	かに	赤の食べ物 (体をつくる)	黄色の食べ物 (熱や力のもと)	みどり色の食べ物 (体の調子をととのえる)	調味料	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
16	水	牛乳			X				牛乳				871 Kcal
		ご飯								米			37.4 g
		マーボー豆腐						X	豆腐 豚肉 えび	砂糖 でん粉 油	葉ねぎ 人参 しいたけ	しょうゆ パイタン みりん	22.2 g
		キャベツときゅうりのおかか和え							かつお節		キャベツ きゅうり	しょうゆ	3.0 g
		りんごと栗の蒸しパン	X			X			豆乳	ケフィア粉(小麦粉 砂糖 ねつ ちから)	脱脂粉乳)		
17	木	牛乳			X			牛乳					847 Kcal
		ご飯								米			30.4 g
		春巻き	X						豚肉	春巻きの皮 油 春雨 小麦粉 でん粉	玉ねぎ 葉ねぎ たけのこ しいたけ	しょうゆ オイスターソース	25.0 g
		五目豆							大豆 こんぶ	こんにゃく 砂糖	人参 ごぼう れんこん	しょうゆ	3.5 g
		わかめスープ							豆腐 わかめ	ごま ごま油	えのきたけ 根菜ねぎ	パイオン しょうゆ 塩	こしょう
オレンジ									オレンジ				
18	金	牛乳			X			牛乳					770 Kcal
		パン◎	X		X				(脱脂粉乳)	小麦粉 砂糖 ヨートニング		塩)	39 g
		豚肉のトマト煮	X						豚肉	小麦粉 油	玉ねぎ トマト缶 ビーマン	ケチャップパイオン 塩	32 g
		スパイシービーンズ							大豆	でん粉 油		塩 こしょう カレー粉	3.7 g
		静岡野菜スープ							豚肉		玉ねぎ キャベツ 人参 トマト セロリー	パイオン しょうゆ 塩	こしょう
さくらんぼ									さくらんぼ				
21	月	牛乳			X			牛乳					922 Kcal
		カレーライス	X					豚肉	米 じゃが芋 小麦粉 油	玉ねぎ 人参 グリルピーズ しょうが	パイオン カレールウ	28.0 g	
		うすら卵のしょうゆ煮			X			うすら卵			いんげん	デミグラスソース ソース	25.7 g
		甘酢漬								砂糖 ごま油	キャベツ きゅうり セロリー	酒 しょうゆ	3.2 g
		ヤクルト◎				X			ヤクルト (砂糖)	脱脂粉乳)		酢 塩	
22	火	牛乳			X			牛乳					788 Kcal
		お茶粉入りロールパン◎	X		X				(脱脂粉乳)	小麦粉 砂糖 ヨートニング	せん茶	塩)	38.0 g
		鮭のムニエル	X		X			鮭	バター 小麦粉		キャベツ コーン アスパラ	酢 塩 こしょう	29.8 g
		イタリアンサラダ	X							スパゲティ オリーブ油	赤ビーマン	塩 こしょう	3.8 g
		永久に美しく ボルシチもどき							ウインナー	じゃが芋 油	玉ねぎ トマト 人参	パイオンケチャップ 塩	こしょう
型抜きチーズ◎				X			チーズ						
パイナップル										パイナップル			
23	水	牛乳			X			牛乳					786 Kcal
		ご飯							米				38.1 g
		スタミナ焼肉							豚肉	油	玉ねぎ えのきたけ 人参 たら	しょうゆ みりん	22.7 g
		ごま和え						ちくわ	砂糖 ごま		キャベツ 人参	しょうゆ 酢	3.4 g
		みそ汁						豆腐 みそ			なめこ 葉ねぎ	さば節	
県産みかんゼリー◎							県産みかんゼリー (みかん果汁)	水あめ 砂糖)					
24	木	牛乳			X			牛乳					798 Kcal
		チキンライス				X		鶏肉	米 バター 油	玉ねぎ 人参 マッシュルーム	ケチャップ 塩	34.8 g	
		いかとねぎの揚げボール						いか	じゃが芋 油 米粉	葉ねぎ	コーン グリルピーズ	カレー粉 こしょう	24.0 g
		ひじきとコーンのサラダ						ツナ ひじき	油 砂糖		ブロッコリー コーン	酢 しょうゆ 塩	2.9 g
		メロン									メロン		
25	金	牛乳			X			牛乳					768 Kcal
		パン◎	X		X				(脱脂粉乳)	小麦粉 砂糖 ヨートニング		塩)	41.5 g
		かますのトマトチーズかけ				X		かます チーズ	オリーブオイル	トマト 玉ねぎ バジル	酒 塩 カレー粉	32.3 g	
		じゃが芋の香味和え						青のり	じゃが芋			塩	4.5 g
		しらすいりレタススープ						ベーコン しらす			レタス ほうれん草	パイオン しょうゆ 塩	こしょう
すいか									すいか				
28	月	牛乳			X			牛乳					875 Kcal
		ご飯							米				38.5 g
		お魚ハンバーグ	X		X			あじ 豆腐 いか	パン粉 油 砂糖	玉ねぎ しょうが しいたけ	ソース デミグラスソース	ケチャップ 塩	21.6 g
		粉ふき芋							じゃが芋		パセリ	塩	2.9 g
		トマトとレタスのスープ				X		卵 ウインナー	レンズ豆		トマト 玉ねぎ しめじ	パイオン 塩 しょうゆ	こしょう
ブルーベリーゼリー◎							ブルーベリーゼリー (砂糖)	ブルーベリー	ブルーベリー果汁 寒天)				
29	火	牛乳			X			牛乳					798 Kcal
		ご飯							米				30.8 g
		鶏肉のから揚げ						鶏肉	でん粉 油		しょうが	しょうゆ	29.8 g
		野菜のレモンサラダ						筍わかめ	砂糖 油		キャベツ きゅうり 人参	しょうゆ 酢 塩	2.0 g
		ほうれん草の五目炒め				X		卵 豚肉	春雨 油 砂糖		ほうれん草 もやし	しょうゆ 酒 塩	
オレンジ									オレンジ				
30	水	牛乳			X			牛乳					756 Kcal
		カレー南蛮	X					鶏肉	うどん(小麦粉)	玉ねぎ 根菜ねぎ 人参	しょうゆ さば節 酒	みりん カレー粉 塩	44.5 g
		ポークパオズ◎	X					ポークパオズ (豚肉 キャベツ)	小麦粉 玉ねぎ たけのこ	でん粉 なたね	パン粉 砂糖 しいたけ	ごま油)	13.9 g
		キャベツとじゃこの酢しょうゆ和え						じゃこ			キャベツ	しょうゆ 酢	4.3 g
ヨーグルト◎				X			ヨーグルト						

◎材料の都合等により献立が変更になることがあります。
 ○アレルギー物質の主要7品目について、使用されている献立名の横に×の表示をしています。
 ○「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。
 ○詳細は給食センターまでお問い合わせください。(☎52-6910)
 ○加工食品については、料理名の後ろに◎をつけ、主な材料のみ()で表示してあります。