



平成28年6月学校給食献立表



日	曜日	主 食	牛乳	献立名	主 な 使 用 材 料					
					血や肉になるもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)		エネルギーになるもの(黄)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群
					魚肉卵豆類	牛乳小魚海藻	緑黄色野菜	その他の野菜果物	穀類芋類砂糖	油脂類
1	水	【カナダの献立】 パン メープルシロップ	牛乳	さけのレモンソースがけ カナダ風スープ ブルーベリーの米粉タルト	さけ ベーコン 大豆 豆乳	牛乳	にんじん ブロッコリー	レモン ブルーベリー たまねぎ とうもろこし キャベツ 青えんどう	パン マーブルロップ さとう 米粉 でんぶん	油
2	木	【新たまねぎを味わおう】 ごはん	牛乳	鶏のから揚げ とうふのみそ汁 新たまねぎの和風炒め	とり肉 みそ とうふ かつお節 油あげ	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	しょうが たまねぎ	米 米粉	油 とうふマヨネーズ
3	金	【フランスの献立】 フランスパン バター	牛乳	ポテトカップグラタン ラタトゥイユ にんじんのラペ	ベーコン まぐろ	牛乳 バター チーズ	かぼちゃ にんじん ピーマン	たまねぎ にんにく なす ズッキーニ レモン トマト とうもろこし	フランスパン さとう でんぶん 小麦粉 じゃがいも	オリーブ油 油 マーガリン
6	月	【青魚を食べよう】 ごはん	牛乳	さばのおろしソース ふのすまし汁 きんぴらごぼう	さば 焼きかまぼこ 牛肉	牛乳 わかめ	にんじん	だいこん こんにやく えのきだけ ごぼう たまねぎ	米 さとう ふ	油 ごま ごま油
7	火	【カミカミ献立】 ごはん	牛乳	いかたこステーキ和風だれ 根菜のみそ汁 ひじきの炒め煮 かに豆と昆布	大豆 油あげ いか たら みそ たこ とり肉	牛乳 ひじき 昆布	にんじん ねぎ	だいこん こんにやく ごぼう たまねぎ	米 さといも さとう でんぶん	油
8	水	【カルちゃん献立】 うずまきパン	牛乳	ハムチーズサンドフライ トマトシチュー キャベツのコールスロー	ソーセージ ぶた肉 大豆	牛乳 チーズ バター	にんじん パセリ	セロリー しめじ トマト キャベツ たまねぎ とうもろこし	うずまきパン じゃがいも 小麦粉 さとう パン粉	油 オリーブ油
9	木	【大分県の献立】 鶏飯	牛乳	とり天たれつき だんご汁 小松菜とこんぶの梅サラダ	とり肉 油あげ	牛乳 昆布	ねぎ にんじん こまつな	しめじ ごぼう もやし えのきだけ こんにやく 干ししいたけ 梅干し	米 さといも さとう でんぶん 小麦粉	油
10	金	【鉄ちゃん献立】 味付きパン	牛乳	鶏とレバーのオーロラ煮 豆乳コーンチャウダー パイナップル	とり肉 豆乳 とりレバー ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ えだまめ キャベツ パイナップル とうもろこし	パン じゃがいも でんぶん さとう	油
13	月	【えだまめを食べよう】 ごはん	牛乳	ししやも 鶏すき えだまめ	焼きどうふ とり肉	牛乳 ししやも	ねぎ にんじん	キャベツ えだまめ たまねぎ いとこんにやく	米 ふ さとう	
14	火	【赤こんにやくを食べよう】 ごはん	牛乳	赤こんにやくのとりみそがけ 肉じゃが わかめときゅうりのすのもの	とり肉 みそ 牛肉	牛乳 わかめ	いんげん にんじん	赤こんにやく きゅうり たまねぎ もやし しらたき 干ししいたけ	米 じゃがいも さとう でんぶん	
15	水	【ブロッコリーを食べよう】 黒糖パン	牛乳	鶏の塩焼きにんにく風味 ミネストローネ ブロッコリーのサラダ	とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん ブロッコリー	にんにく トマト たまねぎ キャベツ	黒糖パン さとう 米粉マカロニ じゃがいも	油 オリーブ油
16	木	【そらまめを食べよう】 ごはん	牛乳	あじの一夜干し ぶたじる そらまめ	あじ みそ ぶた肉 とうふ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう こんにやく そらまめ	米 さといも	
17	金	【食育の日献立】 ごはん 梅干し	牛乳	いさざのカレー揚げ かふか汁 かんぴょうのごまあえ	みそ とり肉 油あげ	牛乳 いさざ	にんじん ねぎ こまつな	梅干し しいたけ こんにやく かんぴょう だいこん もやし	米 でんぶん さとう	油 ごま
20	月	【青うめを食べよう】 ごはん	牛乳	酢豚風ソテー もやしのナムル うめゼリー	ぶた肉	牛乳	にんじん いんげん ピーマン	もやし たけのこ しょうが 干ししいたけ たまねぎ うめ	米 さとう でんぶん	ごま ごま油 油
21	火	【なめこを食べよう】 ごはん	牛乳	ハンバーグ和風ソースがけ なめこのみそ汁 切り干しだいこんの煮付け	ぶた肉 ちくわ みそ とうふ いんげんまめ 油あげ とり肉	牛乳 わかめ	ねぎ にんじん	たまねぎ 切り干しだいこん なめこ	米 パン粉 さとう でんぶん	
22	水	【やきそばを食べよう】 ミニパン	牛乳	揚げぎょうざ やきそば 一食パンバンジードレッシング もやしのパンバンジーサラダ	ぎょうざ 大豆 ぶた肉 いか ささみ	牛乳	にんじん ピーマン にら ねぎ	キャベツ もやし たまねぎ しょうが 干ししいたけ にんにく	パン 小麦粉 中華めん でんぶん 米粉	油 ドレッシング
23	木	【ファイバーくんの献立】 発芽玄米ごはん	牛乳	信田煮 つみれじる ごぼうのフライ	とり肉 ぶた肉 いわし たら 油あげ 赤みそ みそ	牛乳 ひじき	にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ しめじ とうもろこし ごぼう グリンピース	米 さとう 発芽玄米 でんぶん 米粉 パン粉	油
24	金	【スナップエンドウ】 ソフトメン	牛乳	コーンコロケ ミートソース スナップエンドウ 一食とうふマヨネーズ	牛肉 ぶた肉	牛乳	にんじん	にんにく グリンピース たまねぎ スナップえんどう とうもろこし セロリー しょうが	ソフトメン さとう パン粉 じゃがいも 小麦粉	油 とうふマヨネーズ
27	月	【ピーマンを食べよう】 ごはん	牛乳	いわしのうめ煮 たまねぎのみそ汁 ピーマンのじゃこ炒め	油あげ 焼きかまぼこ みそ	牛乳 いわし わかめ じゃこ	にんじん ねぎ ピーマン	たまねぎ 梅ぼし えのきだけ キャベツ	米 さとう でんぶん	油
28	火	【中華料理を食べよう】 ごはん	牛乳	肉団子の甘酢あんかけ 中華スープ 春雨サラダ	とり肉 ぶた肉 ハム	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ 干ししいたけ だいこん	米 さとう でんぶん ほんさめ	油 ごま油
29	水	【イギリス献立】 織切りコッペパン	牛乳	フィッシュ&チップス スコッチブロス(スープ) ケチャップ&マスタード(中) ケチャップ(小)	ホキ とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん	パセリ たまねぎ	パン 小麦粉 じゃがいも でんぶん 大麦 パン粉	油 オリーブ油
30	木	【カレーを食べよう】 ごはん	牛乳	オムレツ カレー きゅうりの塩こんぶあえ	卵 ぶた肉	牛乳 昆布	にんじん	たまねぎ キャベツ にんにく きゅうり	米 米粉 じゃがいも さとう でんぶん	油

©5月23日までの放射能測定は、不検出でした。