

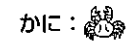
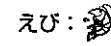
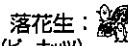
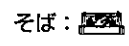
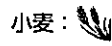
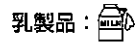
学校給食献立表(東ブロック) 令和3年度6月分(6/1~6/30)

姫路市教育委員会

	6月1日(火)	6月2日(水)	6月3日(木)	6月4日(金)	6月7日(月)	6月8日(火)
こんだて	牛乳 レタスのスープ じゃがいものマスタードソテー いちごジャム	いりごなめし 牛乳 けいにくのフォー おきなわかきあげ	ごはん 牛乳 にくじゃが キャベツのあます汁ため	-はとくちのけんこうしょうかんこんだて- ごはん 牛乳 じゃがいも やさいのみそしる じゃこたけいずのかきあげ(ごめこ) きゅうりのしょうゆづけ	ごはん 牛乳 じゃぶ いかのてんぷらのりのつくだに	ぶどうパン 牛乳 フェジョアード ひねどりのゆずソテー
こんだてざいりょう	□パン ○牛乳 △レタス △たまねぎ △にんじん □はるさめ ○けいにくのあぶらづけ △にんにく △しょうが □サラダあぶら チキンスープ うすくちしょうゆ ごまあぶら しお ごしょう □じゃがいも ○ポークウィンナー △たまねぎ △あかピーマン △パセリ マスタード うすくちしょうゆ ごめす しお ごしょう □サラダあぶら □いちごジャム	□ごはん □ごま ○ちりめんじゃこ △ひるしまな ○牛乳 ○けいにく □フォー △たまねぎ △にら △レモンかじゅう うすくちしょうゆ しお ごしょう いちみとうがらし チキンスープ ○もすく △にがうり ○ちくわ △たまねぎ △にんじん □てんぷらこ しお □あぶら	□ごはん ○牛乳 ○ぎゅうにく □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △グリーンピース △ごんにやく △しょうが □サラダあぶら せいしゅ □さとう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ △キャベツ △にんじん ○ベーコン ごめす さとう しお □ごまあぶら	□ごはん ○牛乳 □じゃがいも △にんじん △たまねぎ △えのきたけ △はねぎ ○あぶらあげ ○みそ にほし(だし) △ごぼう ○だいたす △にんじん ○ちりめんじゃこ ○わかめ □てんぷらこ(ごめこ) しお □あぶら △きゅうり しお △しょうが こいくちしょうゆ □さとう みりん ごめす	□ごはん ○牛乳 ○けいにく せいしゅ □サラダあぶら ○とうふ △ごんにやく しお △にんじん △たまねぎ △キャベツ △ごぼう △はねぎ △さとう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ○いか しお ごしょう □ごめす □てんぷらこ □あぶら ○のりのつくだに	□パン △ほしぶどう ○牛乳 ○しろいんげん △たまねぎ △にんじん ○ベーコン □じゃがいも △パセリ □サラダあぶら ポークスープ ウスターソース トマトケチャップ □さとう ワインかうちょうみりょう しお ごしょう ○ひねどり △キャベツ △にんじん △とうもろこし □サラダあぶら しお ごしょう ごめす さとう うすくちしょうゆ ゆずかじゅう
こんだて	ごはん 牛乳 すましじる さばのうめ こんぶまめ	パン 牛乳 ソースパグティ やさいのソテー アセロラゼリー	カレーライス 牛乳 コーンキャベツ ふくじんづけ	ごはん 牛乳 はっぼうさい ごまザンギ	パン 牛乳 コンソメスープ チリコンカン ひゅうがなつゼリー	ごはん 牛乳 ワンタンスープ マーボーどうふ
こんだてざいりょう	□ごはん ○牛乳 ○とうふ △にんじん ○わかめ △はねぎ △しいたけ ○あぶらあげ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ けずりぶし(だし) こんぶ(だし) ○さば △ねりうめ △しょうが □さとう こいくちしょうゆ せいしゅ ○だいたす ○こんぶ □さとう みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ	□パン ○牛乳 □スパグティ ○ぶたにく ○ちくわ △たまねぎ △にんじん △はねぎ □サラダあぶら ウスターソース とんかつソース あおさこ しお ごしょう △キャベツ △あかピーマン △たまねぎ △スッキニー ○ベーコン うすくちしょうゆ しお ごしょう □サラダあぶら □アセロラゼリー	□ごはん ○ぎゅうにく □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △セロリー △グリーンピース △しょうが △にんにく □サラダあぶら □ごめす □バター カレーこ ポークスープ ウスターソース トマトケチャップ チャツネ ○だっしふんにゅう ○チーズ しお ごしょう ○牛乳 △キャベツ △とうもろこし ○ベーコン チキンスープ しお ごしょう △ふくじんづけ	□ごはん ○牛乳 ○ぶたにく ○えび △キャベツ △にんじん △たまねぎ △はねぎ ○うすらたまご △たけのこ きくらげ しょうが □サラダあぶら チキンスープ うすくちしょうゆ さとう でんぷん しお ごしょう ごめす □ごまあぶら ○けいにく △しょうが △にんにく うすくちしょうゆ せいしゅ しお ごま □でんぷん □あぶら	□パン ○牛乳 ○ベーコン □じゃがいも △にんじん △キャベツ △たまねぎ △さやいんげん △セロリー しょうが ポークスープ しお ごしょう ○だいたす ○ぶたにく △たまねぎ △にんじん △ピーマン □サラダあぶら ポークスープ トマト トマトケチャップ ウスターソース しお ごしょう でんぷん □ひゅうがなつゼリー	□ごはん ○牛乳 ○ぶたにく ○たまご △にんじん △たまねぎ □ワンタンのかわ △チンゲンサイ チキンスープ うすくちしょうゆ しお ごしょう ○とうふ ○けいにく △しょうが △にんにく トウバンジャン △にんじん △しいたけ △はねぎ □ごまあぶら チキンスープ □さとう こいくちしょうゆ ○あかみそ せいしゅ □でんぷん

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しほう) △緑の食品…体の調子をとのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示



(ピーナッツ)

		6月17日(木)		6月18日(金)		6月21日(月)		6月22日(火)		6月23日(水)		6月24日(木)	
こんだて	パン 牛乳 トマジャが チキンのいためサラダ	-しよくいくのひー げんまいいりごはん 牛乳 いそかじる うのはな くろまめじゃこ		ごはん 牛乳 ブルコギ ごぼうのいためもの		ごはん 牛乳 だいすいりジャージャンめん やさしいため		あぶたまどんぶり 牛乳 こあじのなんぼんづけ		パンキンパン 牛乳 にくだんごのシチュー(こめこ) ひじきのいためサラダ			
	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> パジル <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> けいにくのあぶらづけ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> げんまい <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> あおさのり <input checked="" type="checkbox"/> ごんぶ <input checked="" type="checkbox"/> かまぼこ <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> うのはな <input checked="" type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> くろまめ <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> せいしゆ <input checked="" type="checkbox"/> りんごジュース <input checked="" type="checkbox"/> コチジャン <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> ごまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> いら <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はるさめ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> だいす <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> あかみそ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> ちゅうかそば <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しなちく <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> きくらげ <input checked="" type="checkbox"/> いら <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こめす <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> あかピーマン	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> かぼちゃ <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> じゃようしんご <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> コーンペースト <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> どうもろこし <input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> まくろのあぶらづけ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input type="checkbox"/> りんごす <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう							
6月25日(金)	6月28日(月)	6月29日(火)	6月30日(水)	6月平均 栄養量 (小学校4年生)									
こんだて	ごはん 牛乳 まめいりみそしる ピーマンのきんぴら	ごはん 牛乳 ちゅうかスープ すぶた	パン 牛乳 とうがんスープ にこみハンバーグ かたぬきチーズ	ごはん 牛乳 こうやのごしきに いわしのかぼやきふう	エネルギー 654kcal たんぱく質 24.2g 脂質 28.4% カルシウム 320mg 鉄 2.0mg ビタミン A 211μgRAE B1 0.37mg B2 0.51mg C 28mg 食塩相当量 2.4g 食物繊維 3.8g マグネシウム 81mg 亜鉛 2.8mg								
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> しろはなまめペースト <input checked="" type="checkbox"/> しろいんげんまめペースト <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> みそ <input checked="" type="checkbox"/> にぼし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> さつまあげ <input type="checkbox"/> ピーマン <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> さやいんげん <input type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ひねどり <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ピーマン <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> きくらげ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> トマトケチャップ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こめす <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> でんぶん	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> とうがん <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> でんぶん <input checked="" type="checkbox"/> ハンバーグ(ごむぎぬき) <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> マッシュルーム <input checked="" type="checkbox"/> トマトケチャップ <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> でんぶん <input checked="" type="checkbox"/> かたぬきチーズ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> うずらたまご <input checked="" type="checkbox"/> こうやどうふ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> いわし <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん									

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示

卵:

乳製品:

小麦:

そば:

落花生:

えび:

かに:

(ピーナッツ)