



学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和3年度6月分(6/1~6/30) 姫路市教育委員会

	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	ごはん 牛乳 ひめじおでん やしししゃも きゅうりのピリリづけ	ーしよくいくのー もすくどん [ごはん もすくどんのぐ 牛乳 とうがんのみそしる いかのいそべあげ	ごはん 牛乳 すましじる いわしのうめに なすのごまみそいため	パン 牛乳 ミネストローネ タンドリーチキン おかひじきのサラダ	なつやさいのカレーライス ごはん [なつやさいのカレー 牛乳 くろまめさつま ポイルサラダ (しそドレッシング)	ごはん 牛乳 はるさめスープ ぶたにくのジンギスカンいため じゃがいものナムル
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"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> だいこん <input checked="" type="checkbox"/> こんにやく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> あつあげ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> こもちししゃも <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しちみとうがらし	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もすく <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> とうがん <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし(だし) <input type="checkbox"/> するめいか <input type="checkbox"/> あおさこ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> てんぷらこ <input type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> かまぼこ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> いわしのうめに <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> なす <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> マカロニ <input checked="" type="checkbox"/> エリンギ <input checked="" type="checkbox"/> セロリー <input checked="" type="checkbox"/> スズキーニ <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトピューレ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> オリーブオイル <input type="checkbox"/> パザル <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> プレーンヨーグルト <input checked="" type="checkbox"/> トマトケチャップ <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> カレーこ <input checked="" type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> おかひじき <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> からしこ <input type="checkbox"/> しお	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> かまぼこ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> なす <input checked="" type="checkbox"/> トマト <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <input checked="" type="checkbox"/> セロリー <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> カレールウ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> こんさいくろまめさつま <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> しそドレッシング <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> やきぶた <input type="checkbox"/> はるさめ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> ピーマン <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> でんぷん <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 <input checked="" type="checkbox"/> レモンかじゅう <input checked="" type="checkbox"/> りんごピューレ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダあぶら
	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 サンロータン さばのかわりみそに コーンキャベツ	ごはん 牛乳 とうふとなすのマーボーふう あつやきたまご きりぼしだいこんのサラダ	ミニぶどうパン 牛乳 ながさきさらうどん たこナゲット ごぼうのごまステーキ	おきなわませごはん [ごはん おきなわませごはんのぐ 牛乳 とうがんのくすじる ゴーヤのかきあげ シークワーサーゼリー	エネルギー 649kcal	
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> ラーゆ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> さば <input checked="" type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input checked="" type="checkbox"/> トウバンジャン <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> せいしゆ <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> チキンスープ <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 type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> れいとうとうふ <input type="checkbox"/> なす <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"/> グリンピース <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> トウバンジャン <input type="checkbox"/> オイスターソース <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> だしまきたまご <input type="checkbox"/> きりぼしだいこん <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> ミニパン <input checked="" type="checkbox"/> ほしぶどう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ざらうどんめん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> なるど <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input 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"/> でんぷん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> たこいりナゲット <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> こめず <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> やきぶた <input type="checkbox"/> さつまあげ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> とうがん <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> くすこ <input type="checkbox"/> ながうり <input checked="" type="checkbox"/> ゴーヤ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> てんぷらこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> シークワーサーゼリー	エネルギー 649kcal たんぱく質 25.7g 脂質 27.1% カルシウム 344mg 鉄 2.3mg ビタミン A 227μgRAE B1 0.38mg B2 0.54mg C 29mg 食塩相当量 2.4g 食物繊維 5.0g マグネシウム 89mg 亜鉛 3.1mg	

#2 # #  
6月4日~10日は  
はくちかんこうしゅうかん  
「歯と口の健康週間」

よくかんで食べることは、むし歯を予防するためにとっても大切です。

給食では、よくかむことを意識できるよう、かみごたえのある献立に力を入れています。

日頃から歯磨きをしたり、よくかんで食べたりして、健康な歯を守りましょう。

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいしかぶつ・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: