

	6月3日(月)			6月4日(火)			6月5日(水)			6月6日(木)			6月7日(金)		
こんだて	ごはん 牛乳 わかめスープ シューマイ やきビーフン			-はとちのけんこうしゅうかんこんだて- ごはん 牛乳 かんとうに ちりめんのいりに にびたし			ごはん 牛乳 さつまじる ホタテフライ ジャーマンポテト			ごはん 牛乳 ワンタンスープ ホイコーロウ ごまたくあん れいとうみかん			あぶたまどん ごはん 「あぶたまどんのぐ」 牛乳 キャベツとりのハンバーグ はるさめサラダ		
こんだてざいりょう	☐ ごはん			☐ ごはん			☐ ごはん			☐ ごはん			☐ ごはん		
	☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ たまご		
	☐ わかめ			☐ ぎゅうにく			☐ とりにく			☐ やきぶた			☐ あぶらあげ		
	☐ とうふ			☐ じゃがいも			☐ とうふ			☐ にんじん			☐ たまねぎ		
	☐ たまねぎ			☐ にんじん			☐ だいこん			☐ もやし			☐ にんじん		
	☐ にんじん			☐ こんにゃく			☐ ごぼう			☐ はねぎ			☐ かまぼこ		
	☐ えのきたけ			☐ こまつないりつみれ			☐ にんじん			☐ ワンタンのかわ			☐ はねぎ		
	☐ はねぎ			☐ あつあげ			☐ こんにゃく			☐ チキンスープ			☐ うすくちしょうゆ		
	☐ チキンスープ			☐ グリンピース			☐ はねぎ			☐ ちゅうかスープのもと			☐ こいくちしょうゆ		
	☐ ちゅうかスープのもと			☐ さとう			☐ みそ			☐ うすくちしょうゆ			☐ さとう		
こんだてざいりょう	☐ こしょう			☐ うすくちしょうゆ			☐ にぼし(だし)			☐ こしょう			☐ みりん		
	☐ ごまあぶら			☐ こいくちしょうゆ			☐ ホタテフライ			☐ ぶたにく			☐ でんぶん		
	☐ ボークシューマイ			☐ かえりちりめん			☐ あぶら			☐ キャベツ			☐ けずりぶし(だし)		
	☐ ビーフン			☐ ごま			☐ じゃがいも			☐ ピーマン			☐ 牛乳		
	☐ ぶたにく			☐ さとう			☐ たまねぎ			☐ あかピーマン			☐ キャベツいりひらつくね		
	☐ キャベツ			☐ こいくちしょうゆ			☐ パーコン			☐ しょうが			☐ はるさめ		
	☐ にんじん			☐ せいしゅ			☐ パセリ			☐ にんにく			☐ キャベツ		
	☐ ねぶかねぎ			☐ こまつな			☐ サラダあぶら			☐ みそ			☐ にんじん		
	☐ いら			☐ しお			☐ しお			☐ テンメンジャン			☐ きゅうり		
	☐ しいたけ			☐ はくさい			☐ こしょう			☐ こいくちしょうゆ			☐ サラダドレッシング		
こんだてざいりょう	☐ しょうが			☐ うすくちしょうゆ						☐ でんぶん			☐ しお		
	☐ にんにく			☐ うすくちしょうゆ						☐ サラダあぶら			☐ こしょう		
	☐ うすくちしょうゆ			☐ みりん						☐ ごまあぶら			☐ こめず		
	☐ こいくちしょうゆ			☐ けずりぶし(だし)						☐ たくあん			☐ からしこ		
	☐ オイスターソース									☐ みりん			☐ ごま		
	☐ さとう									☐ こまつな					
	☐ ちゅうかスープのもと									☐ しお					
	☐ しお									☐ ごま					
	☐ こしょう									☐ れいとうみかん					
	☐ ごまあぶら														
	6月10日(月)			6月11日(火)			6月12日(水)			6月13日(木)			6月14日(金)		
こんだて	ごはん 牛乳 すましじる いかのいそべあげ ひじきとコーンのいために			ミニpainパン 牛乳 たらこスパゲティ とりにくのレモンかおりやき ポイルサラダ かんきつドレッシング			ごはん 牛乳 ごもくにまめ さばのありまやき きりぼしだいごんのいたためナムル			ガバオライス 「ごはん」 「ガバオライスのぐ」 牛乳 ミネストローネ おかひじきのサラダ			ごはん 牛乳 もちむぎふしめんじる ぶたにくのしょうがいため きゅうりのすのもの		
こんだてざいりょう	☐ ごはん			☐ ミニパン			☐ ごはん			☐ ごはん			☐ ごはん		
	☐ 牛乳			☐ ドライpain			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳		
	☐ とうふ			☐ スパゲティ			☐ とりにく			☐ ぶたにく			☐ もちむぎめんぶし		
	☐ かまぼこ			☐ パーコン			☐ だいず			☐ たらこ			☐ たまねぎ		
	☐ たまねぎ			☐ たらこ			☐ にんじん			☐ たまねぎ			☐ かまぼこ		
	☐ にんじん			☐ グリーンアスパラガス			☐ こんにゃく			☐ ピーマン			☐ あぶらあげ		
	☐ えのきたけ			☐ たまねぎ			☐ ごぼう			☐ コンソメ			☐ にんじん		
	☐ はねぎ			☐ エリンギ			☐ たけのこ			☐ しお			☐ はねぎ		
	☐ しお			☐ コンソメ			☐ ごんぶ			☐ こしょう			☐ うすくちしょうゆ		
	☐ うすくちしょうゆ			☐ なまクリーム			☐ さとう			☐ オイスターソース			☐ ごんぶ(だし)		
こんだてざいりょう	☐ けずりぶし(だし)			☐ しろワインぶうちょうみりょう			☐ みりん			☐ いちみつとうがらし			☐ けずりぶし(だし)		
	☐ こんぶ(だし)			☐ しお			☐ うすくちしょうゆ			☐ バジルペースト					
	☐ いか			☐ こしょう			☐ こいくちしょうゆ			☐ でんぶん			☐ ぶたにく		
	☐ あおさこ			☐ サラダあぶら			☐ けずりぶし(だし)			☐ 牛乳			☐ しょうが		
	☐ しお									☐ パーコン			☐ せいしゅ		
	☐ てんぷらこ						☐ さば			☐ じゃがいも			☐ こいくちしょうゆ		
	☐ あぶら						☐ うすくちしょうゆ			☐ たまねぎ			☐ たまねぎ		
	☐ ひじき						☐ みりん			☐ にんじん			☐ ピーマン		
	☐ とうもろこし						☐ せいしゅ			☐ マカロニ			☐ あかピーマン		
	☐ にんじん						☐ さんしょう			☐ エリンギ			☐ さとう		
こんだてざいりょう	☐ チキンハム									☐ セロリー			☐ サラダあぶら		
	☐ さとう									☐ さやいんげん			☐ トマト		
	☐ こいくちしょうゆ						☐ やきぶた			☐ にんにく			☐ トマトピューレ		
	☐ サラダあぶら						☐ きりぼしだいごん			☐ サラダあぶら			☐ トマトケチャップ		
							☐ にんじん			☐ さとう			☐ さとう		
							☐ はねぎ			☐ こしょう			☐ バジルペースト		
							☐ さとう			☐ チキンスープ			☐ おかひじき		
							☐ こいくちしょうゆ			☐ キャベツ			☐ まぐろのあぶらづけ		
							☐ うすくちしょうゆ			☐ まぐろのあぶらづけ			☐ とうもろこし		
							☐ ごまあぶら			☐ サラダドレッシング			☐ こめず		
こんだてざいりょう							☐ ごま			☐ こめず			☐ さとう		
										☐ からしこ			☐ うすくちしょうゆ		

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和6年度6月分(6/3~6/28) 姫路市教育委員会

6月17日(月)			6月18日(火)			6月19日(水)			6月20日(木)			6月21日(金)			6月24日(月)																	
こんだて	ごはん 牛乳 ビーフンスープ やきとりぶういため キャベツのしらすあえ		パン 牛乳 とりにくのフォー チリコンカン フルーツカクテル		ーしょくいくのひー ごはん 牛乳 もすくのみそしる いわしのうめに ゴーヤのかきあげ		ごはん 牛乳 チゲうどん とりにくのマリネやき バジルポテト		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 コロッケ くきわかめのきんぴら		おきなわまぜごはん ごはん おきなわまぜごはんのぐ 牛乳 いりどうぶ うめあえ																					
	☐ごはん ☐牛乳 ☐ぶたにく ☐ビーフン ☐あつあげ <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>チンゲンサイ <input type="triangle"/>チキンスープ <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐ごまあぶら ☐とりにく <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>はねぎ ☐さとう <input type="triangle"/>こいくちしょうゆ <input type="triangle"/>せいしゅ <input type="triangle"/>みりん ☐サラダあぶら ☐でんぷん <input type="triangle"/>キャベツ <input type="triangle"/>こまつな <input type="triangle"/>しお ☐ちりめんじゃこ <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ ☐パン ☐牛乳 ☐ぶたにく ☐フォー <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>もやし <input type="triangle"/>にら <input type="triangle"/>レモンかじゅう <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ ☐ナンブラー ☐さとう <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう <input type="triangle"/>チキンスープ ☐だいいす ☐ぶたにく <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>ピーマン ☐サラダあぶら <input type="triangle"/>トマト <input type="triangle"/>トマトケチャップ <input type="triangle"/>ウスターソース <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐チリパウダー ☐でんぷん <input type="triangle"/>みかんシロップづけ <input type="triangle"/>パインシロップづけ <input type="triangle"/>おうとうシロップづけ ☐カクテルゼリー		☐ごはん ☐牛乳 ☐とうふ ☐フォー ☐あぶらあげ <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>オクラ ☐みそ <input type="triangle"/>にぼし(だし) ☐いわしうめに <input type="triangle"/>にがうり <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>ごぼう ☐ピッコロハム <input type="triangle"/>カレーこ <input type="triangle"/>しお ☐てんぷらこ ☐あぶら ☐ごはん ☐牛乳 ☐うどん ☐ぶたにく <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>はくさいキムチ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>もやし <input type="triangle"/>にら ☐あぶらあげ ☐みそ <input type="triangle"/>こいくちしょうゆ ☐ごまあぶら <input type="triangle"/>チキンスープ ☐とりにく <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう <input type="triangle"/>つぶマスタード <input type="triangle"/>ワインビネガー ☐オリーブオイル <input type="triangle"/>クッキングスパイス ☐ポークウインナー ☐じゃがいも <input type="triangle"/>にんじん ☐サラダあぶら ☐バジルペースト <input type="triangle"/>にんにく <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう		☐ごはん ☐ぶたにく ☐じゃがいも <input type="triangle"/>かぼちゃ <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>なす <input type="triangle"/>トマト <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>セロリー <input type="triangle"/>しょうが <input type="triangle"/>にんにく ☐カレールウ <input type="triangle"/>トマトケチャップ <input type="triangle"/>ウスターソース <input type="triangle"/>とんかつソース <input type="triangle"/>カレーこ <input type="triangle"/>チキンスープ <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐サラダあぶら ☐牛乳 ☐コロッケ ☐あぶら ☐くきわかめ <input type="triangle"/>ごぼう <input type="triangle"/>にんじん ☐ごま ☐さとう <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>こいくちしょうゆ <input type="triangle"/>みりん ☐サラダあぶら		☐ごはん ☐やきぶた ☐さつまあげ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>ごぼう ☐ひじき <input type="triangle"/>しいたけ ☐サラダあぶら <input type="triangle"/>こいくちしょうゆ <input type="triangle"/>みりん ☐さとう <input type="triangle"/>せいしゅ <input type="triangle"/>けずりぶし(だし) ☐牛乳 ☐とりにく ☐とうふ ☐たまご <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>しいたけ <input type="triangle"/>グリーンピース ☐さとう <input type="triangle"/>こいくちしょうゆ <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>みりん <input type="triangle"/>せいしゅ <input type="triangle"/>しお ☐サラダあぶら <input type="triangle"/>だいこん <input type="triangle"/>かんそううめ																									
こんだてざいりょう																																
	6月25日(火)		6月26日(水)		6月27日(木)		6月28日(金)		6月平均 栄養量 (小学校4年生)		エネルギー 618kcal		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg													
こんだて	パン 牛乳 オニオンスープ オムレツのトマトソース コロコロサラダ		あんかけどん ごはん あんかけどんのぐ 牛乳 あじのこうみやき ひねどりのゆずサラダ		ごはん 牛乳 とうがんスープ とりにくのインドネシアふうあげ チンゲンサイとえびのソテー		ロコモコ ごはん ロコモコ(ハンバーグ) ポイルやさい 牛乳 とうにゅうスープ		6月平均 栄養量 (小学校4年生)		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg		ビタミン		A 223μgRAE B1 0.38mg B2 0.52mg C 24mg											
	☐パン ☐牛乳 ☐ベーコン <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>キャベツ <input type="triangle"/>エリンギ <input type="triangle"/>パセリ <input type="triangle"/>チキンスープ <input type="triangle"/>コンソメ <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐プレーンオムレツ <input type="triangle"/>トマト <input type="triangle"/>たまねぎ ☐バジルペースト ☐サラダあぶら ☐トマトケチャップ ☐さとう <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐じゃがいも <input type="triangle"/>きゅうり <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>とうもろこし <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐サラダドレッシング ☐パン ☐牛乳 ☐ぶたにく <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>たけのこ <input type="triangle"/>しめじ <input type="triangle"/>ねぶかねぎ <input type="triangle"/>えだまめ <input type="triangle"/>しょうが ☐サラダあぶら ☐さとう <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>みりん <input type="triangle"/>しお ☐でんぷん <input type="triangle"/>けずりぶし(だし) ☐牛乳 ☐あじ <input type="triangle"/>しょうが <input type="triangle"/>にんにく <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>こいくちしょうゆ ☐さとう ☐みりん ☐ごまあぶら ☐ごま <input type="triangle"/>いちみつがらし ☐ひねどり <input type="triangle"/>せいしゅ <input type="triangle"/>はくさい <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>こめず <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>ゆずかじゅう <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう		☐ごはん ☐ぶたにく <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>たけのこ <input type="triangle"/>しめじ <input type="triangle"/>ねぶかねぎ <input type="triangle"/>えだまめ <input type="triangle"/>しょうが ☐サラダあぶら ☐さとう <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>みりん <input type="triangle"/>しお ☐でんぷん <input type="triangle"/>けずりぶし(だし) ☐牛乳 ☐あじ <input type="triangle"/>しょうが <input type="triangle"/>にんにく <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>こいくちしょうゆ ☐さとう ☐みりん ☐ごまあぶら ☐ごま <input type="triangle"/>いちみつがらし ☐ひねどり <input type="triangle"/>せいしゅ <input type="triangle"/>はくさい <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>こめず <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>ゆずかじゅう <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう		☐ごはん ☐牛乳 ☐やきぶた ☐あつあげ <input type="triangle"/>しょうが <input type="triangle"/>とうがん <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>たけのこ <input type="triangle"/>しいたけ <input type="triangle"/>はねぎ <input type="triangle"/>ちゅうかスープのもと <input type="triangle"/>チキンスープ <input type="triangle"/>うすくちしょうゆ <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐とりにく <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>しょうが <input type="triangle"/>にんにく <input type="triangle"/>ターメリック <input type="triangle"/>コリアンダー <input type="triangle"/>しお ☐でんぷん ☐あぶら <input type="triangle"/>チンゲンサイ <input type="triangle"/>キャベツ <input type="triangle"/>エリンギ <input type="triangle"/>えび ☐せいしゅ <input type="triangle"/>ちゅうかスープのもと <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐ごまあぶら ☐ごはん ☐牛乳 ☐とりとんバーグ ☐サラダあぶら <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>コンソメ <input type="triangle"/>ウスターソース <input type="triangle"/>トマトケチャップ ☐バター ☐コーンスターチ <input type="triangle"/>キャベツ <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>とうもろこし <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐牛乳 ☐ベーコン <input type="triangle"/>はくさい <input type="triangle"/>にんじん <input type="triangle"/>たまねぎ <input type="triangle"/>えだまめ ☐とうにゅう ☐サラダあぶら <input type="triangle"/>チキンスープ <input type="triangle"/>しお <input type="triangle"/>こしょう ☐みそ		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg		エネルギー 618kcal		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg		ビタミン		A 223μgRAE B1 0.38mg B2 0.52mg C 24mg					
こんだてざいりょう									6月平均 栄養量 (小学校4年生)		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg		エネルギー 618kcal		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg		ビタミン		A 223μgRAE B1 0.38mg B2 0.52mg C 24mg	
									6月平均 栄養量 (小学校4年生)		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg		エネルギー 618kcal		たんぱく質 25.4g		脂質 27.9%		カルシウム 321mg		鉄 2.1mg		ビタミン		A 223μgRAE B1 0.38mg B2 0.52mg C 24mg	

☐ごはん

☐牛乳

☐とうふ

☐もすく

☐あぶらあげ

たまねぎ

にんじん

オクラ

☐みそ

にぼし(だし)

☐いわしうめに

にがうり

たまねぎ

ごぼう

☐ピッコロハム

カレーこ

しお

☐てんぷらこ

☐あぶら

☐ごはん

☐牛乳

☐うどん

☐ぶたにく

たまねぎ

はくさいキムチ

にんじん

もやし

にら

☐あぶらあげ

☐みそ

こいくちしょうゆ

みりん

☐ごまあぶら

チキンスープ

☐とりにく

しお

こしょう

つばマスタード

ワインビネガー

☐オリーブオイル

クッキングスライス

☐ポークウインナー

☐じゃがいも

にんじん

☐サラダあぶら

☐バジルペースト

にんにく

しお

こしょう

☐ごはん

☐ぶたにく

☐じゃがいも

かぼちゃ

たまねぎ

なす

トマト

にんじん

セロリー

しょうが

にんにく

☐カレールウ

トマトケチャップ

ウスターソース

とんかつソース

カレーこ

チキンスープ

しお

こしょう

☐サラダあぶら

☐牛乳

☐コロッケ

☐あぶら

☐くきわかめ

ごぼう

にんじん

☐ごま

☐さとう

うすくちしょうゆ

こいくちしょうゆ

みりん

☐にんにく

☐サラダあぶら

☐ごはん

☐やきぶた

さつまあげ

にんじん

ごぼう

☐ひじき

しいたけ

☐サラダあぶら

こいくちしょうゆ

みりん

☐さとう

せいしゅ

けずりぶし(だし)

☐牛乳

☐とりにく

☐とうふ

☐たまご

たまねぎ

にんじん

しいたけ

グリーンピース

☐さとう

こいくちしょうゆ

うすくちしょうゆ

みりん

せいしゅ

しお

☐サラダあぶら

だいこん

しお

かんそううめ