

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和7年度6月分(6/2~6/30) 姫路市教育委員会

6月2日(月)			6月3日(火)			6月4日(水)			6月5日(木)			6月6日(金)			6月9日(月)		
献立	ご飯 牛乳 キムチスープ お好みかき揚げ じゃがいものそぼろ煮		ご飯 牛乳 磯香汁 あじの南蛮漬け はくさいのゆずソテー		一歯と口の健康週間献立ー パン 牛乳 肉だんごのスープ タンドリーチキン コーンサラダ 黒糖ビーンズ		チキンカレーライス 牛乳 じゃこ豆 野菜炒め		ご飯 牛乳 豚汁 タッティギム はくさいのツナ和え		ご飯 牛乳 はるさめスープ にらじゃが 炒めナムル						
	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ☐ 豚肉 △根菜ねぎ ☐ ごま油 △はくさいキムチ △もやし △たまねぎ △にんじん △にら △えのきたけ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	☐ ご飯 ☐ 牛乳 △たまねぎ △にんじん ○昆布 ○油揚げ △葉ねぎ △しいたけ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 削り節(だし)	☐ パン ☐ 牛乳 ○つくね △豆腐 △チンゲンサイ △にんじん △もやし △チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	☐ ご飯 ☐ 鶏肉 カレー粉 ☐ じゃがいも △たまねぎ △にんじん △セロリ △グリーンピース △しょうが △にんにく △サラダ油 ☐ 米粉 △ガラムマサラ △ババリカパウダー チキンスープ △とんかつソース △トマトケチャップ こいくちしょうゆ みりん 塩 こしょう	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ○鶏肉 △にんにく こいくちしょうゆ 清酒 カイエンペッパー 塩 でんぷん ☐ 油	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ○ひね鶏 清酒 塩 ☐ はるさめ △しいたけ △チンゲンサイ △にんじん △えのきたけ チキンスープ うすくちしょうゆ こしょう ☐ でんぷん ☐ じゃがいも ☐ 油 ○豚肉 △にら ☐ サラダ油 こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん △こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油											
献立	○ちりめんじゃこ ○かまぼこ △キャベツ ○あおさ粉 ○粉かつお △とんかつソース 塩 ☐ 天ぷら粉 ☐ 油		☐ あじ 塩 こしょう ☐ でんぷん ☐ 油 △たまねぎ △パプリカ 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖	○鶏肉 △にんにく しょうが △ヨーグルト △トマトケチャップ ウスターソース こいくちしょうゆ カレー粉 レモン果汁 塩 こしょう	○大豆 ○ちりめんじゃこ ☐ 砂糖 こいくちしょうゆ みりん	○鶏肉 △にんにく こいくちしょうゆ 清酒 カイエンペッパー 塩 でんぷん ☐ 油	△じゃがいも ☐ 油 ○豚肉 △にら ☐ サラダ油 こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
材料	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でんぷん ☐ サラダ油		○チキンハム △はくさい 塩 △にんじん 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう ☐ サラダ油	△キャベツ 塩 △にんじん △とうもろこし △まぐろ油漬け 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油 うすくちしょうゆ こしょう ○黒糖ビーンズ	△にんじん △にら △もやし 塩 ☐ サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ	△はくさい 塩 ○まぐろ油漬け 米酢 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 こしょう	△こまつな △もやし △にんじん ☐ サラダ油 うすくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ ごま油										
	○鶏肉 ☐ 砂糖 清酒 ☐ じゃがいも △グリーンピース △うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ でん																

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和7年度6月分(6/2~6/30) 姫路市教育委員会

6月18日(水)			6月19日(木)			6月20日(金)			6月23日(月)			6月24日(火)			6月25日(水)		
献立	パン 牛乳 イタリアンスパゲティ 鶏肉のスパイス焼き キャベツの甘酢炒め		一食育の日ー ご飯 牛乳 みそ汁 いわしのヤンニョムかけ 大豆の磯煮		黒砂糖パン 牛乳 スーミータン 淡路たまねぎコロッケ ホイコウロウ		ご飯 牛乳 関東煮 ししゃものから揚げ 切り干しだいこんの炒めナムル		ご飯 牛乳 もずく汁 高野豆腐の揚げ煮 ひね鶏のゆずサラダ		パン 牛乳 トマトじゃが さばのカレー揚げ こまつなと大豆のサラダ						
	☐ パン ☐ 牛乳 ☐ スパゲティ ☐ 塩 ☐ サラダ油 ☐ 豚肉 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> エリンギ <input type="triangle"/> ピーマン <input type="triangle"/> トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース こしょう ☐ 鶏肉 <input type="triangle"/> 塩 <input type="triangle"/> こしょう サラダスパイス ☐ サラダ油 ワイン風調味料 <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> 塩 <input type="triangle"/> にんじん ☐ ベーコン ☐ 米酢 ☐ 砂糖 ☐ ごま油	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ☐ 豆腐 ☐ 油揚げ ☐ わかめ ☐ じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> 葉ねぎ ☐ みそ 煮干し(だし) ☐ いわし ☐ 油 ☐ ごま <input type="triangle"/> 根深ねぎ <input type="triangle"/> ゆず果汁 <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> しょうが ☐ 粉かつお こいくちしょうゆ みりん ☐ ひじき ☐ 大豆 ☐ 鶏肉 <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん ☐ サラダ油	☐ パン ☐ 黒砂糖 ☐ 牛乳 ☐ 鶏卵 ☐ ささみ油漬け <input type="triangle"/> コーンクリーム <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> チンゲンサイ チキンスープ うすくちしょうゆ 清酒 塩 こしょう ☐ でんぷん ☐ 淡路たまねぎコロッケ ☐ 油 ☐ 豚肉 <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> 塩 <input type="triangle"/> ピーマン <input type="triangle"/> パプリカ <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく ☐ 豆みそ デンメンジャン こいくちしょうゆ ☐ でんぷん ☐ サラダ油 ☐ ごま油	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ☐ 豚肉 ☐ じゃがいも <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> こんにゃく ☐ こまつな入りつみれ ☐ 厚揚げ ☐ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ☐ ししゃも ☐ でんぷん ☐ 油 ☐ チキンハム <input type="triangle"/> 切り干しだいこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> にら <input type="triangle"/> 根深ねぎ ☐ 砂糖 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん ☐ ごま油 ☐ ごま	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ☐ 豆腐 かまぼこ もずく ☐ にんじん <input type="triangle"/> えのきたけ <input type="triangle"/> 葉ねぎ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし) ☐ 高野豆腐 ☐ でんぷん <input type="triangle"/> 塩 こしょう ☐ 油 <input type="triangle"/> 鶏肉 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> たけのこ <input type="triangle"/> しいたけ <input type="triangle"/> えだまめ <input type="triangle"/> 砂糖 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん ☐ ひね鶏 清酒 塩 はくさい にんじん サラダ油 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 こしょう	☐ パン ☐ 牛乳 ☐ 豚肉 <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> じゃがいも <input type="triangle"/> トマト ☐ サラダ油 塩 ☐ 砂糖 うすくちしょうゆ 清酒 チキンスープ バジルピューレ <input type="triangle"/> オリーブ油 ☐ さば カレー粉 塩 こしょう ☐ でんぷん ☐ 油 <input type="triangle"/> こまつな <input type="triangle"/> キャベツ 塩 ☐ チキンハム ☐ 大豆 ☐ ごま ☐ サラダドレッシング うすくちしょうゆ こしょう											
献立																	
材料																	
料																	
6月26日(木)			6月27日(金)			6月30日(月)			6月平均 栄養量 (中学校)			ビ タ ミ ン		A		248μgRAE	
献立	ご飯 牛乳 わかめスープ あじフライ チャプチェ		ご飯 牛乳 みそチゲ 鶏肉の漬け焼き ごぼうのごまソテー		ご飯 牛乳 赤出汁 豚肉のしょうが焼き 甘酢ポテトサラダ									B1		0.48mg	
	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ☐ わかめ ☐ 豆腐 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> えのきたけ <input type="triangle"/> 葉ねぎ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 ☐ あじフライ ☐ 油 ☐ 牛肉 <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 ☐ はるさめ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> にら <input type="triangle"/> たけのこ <input type="triangle"/> しいたけ ☐ サラダ油 ☐ ごま こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 塩 こしょう ごま油	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ☐ 豚肉 清酒 ☐ 豆腐 <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 ☐ サラダ油 ☐ みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ☐ 鶏肉 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんにく うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 みりん 清酒 こしょう 一味唐辛子 <input type="triangle"/> ごぼう 米酢 <input type="triangle"/> にんじん ☐ ちりめんじゃこ ☐ ごま うすくちしょうゆ ☐ サラダドレッシング ☐ サラダ油	☐ ご飯 ☐ 牛乳 ☐ 豆腐 ☐ 油揚げ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> 根深ねぎ ☐ 豆みそ 削り節(だし) ☐ 豚肉 塩 <input type="triangle"/> しょうが 清酒 <input type="triangle"/> たまねぎ こいくちしょうゆ ☐ 砂糖 ☐ サラダ油 ☐ でんぷん ☐ じゃがいも 塩 <input type="triangle"/> きゅうり ☐ チキンハム <input type="triangle"/> とうもろこし 米酢 ☐ 砂糖 ☐ サラダ油	エネルギー		730kcal		たんぱく質		30.7g		食塩相当量		3.4g			
献立																	
材料																	
料																	
6月4日から10日は 『歯と口の健康週間』です。 毎日の食事の時に、よくかんでおいしく食べるためには、 歯や口が健康であることが大切です。 給食では、ごぼうや小魚などのかみ応えのある食材や、 歯の健康に役立つカルシウムを多く含んだ食材をとり入れて います。 また、月に1回「カミカミ献立」として、特にかむこと を意識してほしい献立にマークをつけています。 6月4日(水)の「黒糖ビーンズ」が「カミカミ献立」 です。しっかりかむことができる健康な歯と口を保ちましょう。																	

☐

ご飯

☐

牛乳

☐

豆腐

☐

油揚げ

☐

わかめ

☐

じゃがいも

たまねぎ

にんじん

葉ねぎ

☐

みそ

煮干し(だし)

☐

いわし

☐

油

☐

ごま

根深ねぎ

ゆず果汁

にんにく

しょうが

☐

粉かつお

こいくちしょうゆ

みりん

☐

ひじき

☐

大豆

☐

鶏肉

にんじん

うすくちしょうゆ

こいくちしょうゆ

☐

ごま油

☐

サラダ油

☐

パン

☐

黒砂糖

☐

牛乳

☐

鶏卵

ささみ油漬け

コーンクリーム

とうもろこし

たまねぎ

チンゲンサイ

チキンスープ

うすくちしょうゆ

清酒

塩

こしょう

☐

でんぶん

☐

淡路たまねぎコロッケ

☐

油

☐

豚肉

キャベツ

塩

ピーマン

パプリカ

しょうが

にんにく

☐

豆みそ

テンメンジャン

こいくちしょうゆ

☐

でんぶん

☐

サラダ油

☐

ごま油

☐

ご飯

☐

牛乳

☐

豚肉

☐

じゃがいも

にんじん

こんにゃく

☐

こまつな入りつみれ

☐

厚揚げ

☐

砂糖

うすくちしょうゆ

こいくちしょうゆ

みりん

☐

ししゃも

☐

でんぶん

☐

油

☐

チキンハム

切り干しだいこん

にんじん

にら

根深ねぎ

☐

砂糖

こいくちしょうゆ

うすくちしょうゆ

みりん

☐

ごま油

☐

ごま

☐

ご飯

☐

牛乳

☐

豆腐

☐

かまぼこ

☐

もずく

☐

にんじん

えのきたけ

葉ねぎ

塩

うすくちしょうゆ

削り節(だし)

昆布(だし)

☐

高野豆腐

☐

でんぶん

塩

こしょう

☐

油

☐

鶏肉

たまねぎ

たけのこ

しいたけ

えだまめ

☐

砂糖

こいくちしょうゆ

うすくちしょうゆ

みりん

☐

ひね鶏

清酒

塩

はくさい

にんじん

☐

サラダ油

米酢

うすくちしょうゆ

ゆず果汁

こしょう

☐

パン

☐

牛乳

☐

豚肉

にんにく

にんじん

たまねぎ

☐

じゃがいも

トマト

☐

サラダ油

☐

塩

☐

砂糖

うすくちしょうゆ

清酒

チキンスープ

バジルピューレ

☐

オリーブ油

☐

さば

カレー粉

塩

こしょう

☐

でんぶん

☐

油

こまつな

キャベツ

塩

☐

チキンハム

☐

大豆

☐

ごま

☐

サラダドレッシング

うすくちしょうゆ

こしょう