

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和8年度6月分(6/1~6/30) 姫路市教育委員会

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月8日(月)
献立	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 揚げそばの野菜あんかけ もやしのサラダ	ごはん 牛乳 豚汁 鶏肉の和風から揚げ キャベツの甘酢炒め	パン 牛乳 鶏肉のフォー あじのスパイス焼き ポテトサラダ メープルジャム	一歯と口の健康週間献立 あんかけ丼 牛乳 じゃこ豆 野菜のソテー	パン 牛乳 豆乳シチュー 肉だんごのケチャップ炒め おかひじきのサラダ	ごはん 牛乳 とうがんとしょうがのスープ 豚肉のカリッ揚げ ごぼうサラダ
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> ししいたけ <input type="radio"/> にら <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> にんにく <input type="radio"/> サラダ油 <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆みそ <input type="radio"/> オイスターソース <input type="radio"/> トウバンジャン <input type="radio"/> 砂糖 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> ごま油 <input type="radio"/> でんぶ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 油揚げ <input type="radio"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> だいこん <input type="radio"/> ごぼう <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> こんにゃく <input type="radio"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> みそ <input type="radio"/> 煮干し(だし) <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="radio"/> にんにく <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> 清酒 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> 一味唐辛子 <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> キャベツ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> フォー <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> もやし <input type="radio"/> にら <input type="radio"/> レモン果汁 <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> ナンプラー <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> あじ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> サラダスパイス <input type="radio"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> スズキニ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> メープルジャム	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> たけのこ <input type="radio"/> しめじ <input type="radio"/> 根深ねぎ <input type="radio"/> えだまめ <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> 塩 <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="radio"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま <input type="radio"/> ベーコン <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> チンゲンサイ <input type="radio"/> もやし <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 青大豆 <input type="radio"/> 白いんげん豆 <input type="radio"/> 金時豆 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> エリンギ <input type="radio"/> コーンクリーム <input type="radio"/> パセリ <input type="radio"/> 米粉 <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> 鶏つくね <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> ビーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> カレー粉 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> おかひじき <input type="radio"/> キャベツ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> まぐろ油漬け <input type="radio"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="radio"/> とうがんとしょうが <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> チンゲンサイ <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="radio"/> 清酒 <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごま <input type="radio"/> チキンハム <input type="radio"/> ごぼう <input type="radio"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="radio"/> 白みそ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> 塩
材料	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩
献立	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月15日(月)	6月16日(火)
献立	ごはん 牛乳 磯香汁 鶏肉の照り焼き ツナおから	パン 牛乳 えびチャウダー 白身魚のバーベキューソース さっぱり炒め	ごはん 牛乳 中華スープ 炒めビビンバ 切り干しだいこんのサラダ	ごはん 牛乳 にらたまスープ 大豆とコーンのかき揚げ きんぴらごぼう	キムタクごはん 牛乳 みそ汁 ひね鶏のゆずサラダ	ごはん 牛乳 ワンタンスープ 鶏肉のエスニック揚げ 和風サラダ
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> 昆布 <input type="radio"/> 厚揚げ <input type="radio"/> えのきたけ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> みりん <input type="radio"/> うの花 <input type="radio"/> まぐろ油漬け <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> こんにゃく <input type="radio"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> ししいたけ <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> パセリ <input type="radio"/> えび <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="radio"/> 脱脂粉乳 <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> とうもろこし <input type="radio"/> コーンクリーム <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> ホキ <input type="radio"/> ワイン風調味料 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> でんぶ <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> 根深ねぎ <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> にんにく <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> みりん <input type="radio"/> ささみ油漬け <input type="radio"/> キャベツ <input type="radio"/> にんじん <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> 米酢 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> チンゲンサイ <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> 牛肉 <input type="radio"/> にんにく <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="radio"/> パプリカ <input type="radio"/> もやし <input type="radio"/> こまつな <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> 米酢 <input type="radio"/> 切り干しだいこん <input type="radio"/> きゅうり <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 鶏卵 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にら <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> でんぶ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> ごま油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> とうもろこし <input type="radio"/> ビッコロハム <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> ごぼう <input type="radio"/> 米酢 <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> 平天 <input type="radio"/> こんにゃく <input type="radio"/> ごま <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> みりん <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> はくさいキムチ <input type="radio"/> たくあん <input type="radio"/> 根深ねぎ <input type="radio"/> にら <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> みりん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="radio"/> 油揚げ <input type="radio"/> わかめ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> みそ <input type="radio"/> 煮干し(だし) <input type="radio"/> ひね鶏 <input type="radio"/> 清酒 <input type="radio"/> キャベツ <input type="radio"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 米酢 <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> ゆず果汁 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> ワンタンの皮 <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> ごま油 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="radio"/> にんにく <input type="radio"/> ナンプラー <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> 黒しょうが <input type="radio"/> カレー粉 <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> チキンハム <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> もやし <input type="radio"/> きゅうり <input type="radio"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> 塩 <input type="radio"/> しょうが
材料	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しばう) △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: えび: かに: そば: 落花生: (ピーナッツ) くるみ:

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和8年度6月分(6/1~6/30) 姫路市教育委員会

		6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)
献立		パン 牛乳 ミネストローネ あじのエスカベージュ キャベツとハムのソテー	ご飯 牛乳 きつねうどん ちくわのモロヘイヤ揚げ(米粉) 野菜炒め	-食育の日- ご飯 牛乳 もずく汁 鶏肉の有馬焼き こまつなと大豆のサラダ	ご飯 牛乳 カレー肉じゃが ごぼうのかき揚げ 切り干しだいこんの炒めナムル	ご飯 牛乳 ばち汁 肉みそピーンズ ごまドレッシング和え	アップルパン 牛乳 カイン・ザウ ハンバーグのソース焼き ツナポテト
	献立	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> マカロニ <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> セロリ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input 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"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> パジルペースト <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> ピーマン <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> 砂糖 <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"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> モロヘイヤ <input type="checkbox"/> 天ぷら粉(米粉) <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> もずく <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> 昆布(だし) <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 山椒粉 <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> グリンピース <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"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> カレー粉 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> くきわかめ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> 切り干しだいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> そうめんぼち <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 昆布(だし) <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ピーマン <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> ささみ油漬け <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ドライアップル <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ナンブラー <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> まぐろ油漬け <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう
献立		6月25日(木)	6月26日(金)	6月29日(月)	6月30日(火)	6月平均 栄養量 (中学校)	
	献立	ご飯 牛乳 とうもろこしのスープ コリアンチキン チャンプルー	ハヤシライス 牛乳 きびなごフライ こまつなのごま和え	ご飯 牛乳 とうがんのみそ汁 チンジャオロウスウ ひじきとコーンの炒め煮 冷凍みかん	ご飯 牛乳 豆腐汁 焼きそばのみそだれ ごぼうの炒め物	エネルギー 748kcal たんぱく質 29.5g 脂質 28.8% カルシウム 336mg 鉄 2.7mg	ビタミン A 252μgRAE B1 0.48mg B2 0.54mg C 26mg 食塩相当量 3.0g 食物繊維 6.1g マグネシウム 100mg 亜鉛 3.4mg
献立		6月25日(木)	6月26日(金)	6月29日(月)	6月30日(火)	6月4日から10日は 『歯と口の健康週間』です。	
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> コチュジャン <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 焼き豚 <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマトピューレ <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"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> きびなごフライ <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ささみ油漬け <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> とうがん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> 煮干し(だし) <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> ピーマン <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> オイスターソース <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> みかん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <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"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> 昆布(だし) <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> みりん <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"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	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(木)の「じゃこ豆」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。	

○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(たんすいかぶつ・しばう) △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: えび: かに: そば: 落花生: (ピーナッツ) くるみ: