

令和6年



6月

学 校 給 食 予 定 献 立 表

赤磐市立東学校給食センター

日 付	献 立 名	【赤】の食品 おもに体をつくる	【緑】の食品 おもに体の調子を整える	【黄】の食品 おもにエネルギーのもとになる	エネルギー (kcal)	家庭でとりたい食品
3 (月)	とりにく ^{にく} のねぎ ^{どん} シャキ ^{ぎゅうにゅう} 丼 牛乳 からしマヨネーズあえ	牛乳 とり肉	にんじん たまねぎ たくあん 白ねぎ ねぎ キャベツ とうもろこし いんげん	米 麦 油 さとう ノンエッグマヨネーズ	小 655 中 784	牛乳・乳製品
4 (火)	ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 タッカルビ ^{しろみ た う しゅうりょう} ナムル	牛乳 とり肉	にんにく たまねぎ しょうが にんじん しめじ キャベツ 白菜キムチ ほうれんそう もやし	米 麦 ごま油 さつまいも さとう でんぶん	小 600 中 715	魚介類
5 (水)	しろみ ^{しろみ} 代満 ^{ぎゅうにゅう} てうどん 牛乳 いしもち ^{あまずあじ} じゃこの甘酢 ^{あま} 味 ヨーグルト	牛乳 牛肉 かまぼこ いしもち ^{あま} じゃこ ヨーグルト	ごぼう たまねぎ にんじん 白ねぎ ねぎ	うどん 油 さとう でんぶん	小 734 中 866	いも類
6 (木)	コッペパン ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ポークビーンズ ^や かみかみあえ	牛乳 ぶた肉 ベーコン 大豆	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム えだ豆 花切大根 こまつな	パン じゃがいも さとう ごま油	小 642 中 787	魚介類
7 (金)	ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 いわしのうめ ^に 煮 つぼづけあえ ^{しろ} くきわかめのみそ汁	牛乳 いわし 油あげ 茎わかめ みそ	うめ つぼづけ こまつな キャベツ たまねぎ にんじん	米 麦 じゃがいも	小 622 中 741	きのこ類
10 (月)	ハヤシライス ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 レモンサラダ	牛乳 牛肉	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ レモン果汁 えだ豆 カラ・ピーマン	米 麦 油 ハヤシルウ さとう	小 677 中 808	大豆・大豆製品
11 (火)	たきこみ ^{ぎゅうにゅう} ごはん 牛乳 和風 ^{あふう} きんぴら ^あ つつみ焼き じゃがいも ^{しろ} のみそ汁	牛乳 ひじき とり肉 豆腐 ゼラチン みそ わかめ 油あげ	ごぼう にんじん しめじ えだ豆 しょうが たまねぎ だいこん こまつな	米 麦 ごま さとう 油 じゃがいも	小 638 中 778	くだもの
12 (水)	ごもく ^{ごもく} 五目 ^{ぎゅうにゅう} ラーメン 牛乳 焼きぎょうざ ^{しお} うま塩 ^{しお} キャベツ	牛乳 ぶた肉 こんぶ	しょうが にんじん もやし たまねぎ とうもろこし にんじん もやし きくらげ チンゲンサイ キャベツ にら きゅうり	中華めん でんぶん 米粉	小 614 中 707	いも類
13 (木)	フィッシュバーガー ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 野菜 ^{やさい} スープ アップル ^や シヤーベツト	牛乳 ほき とり肉	キャベツ セロリー にんじん とうもろこし えのきたけ りんご	パン 油 米粉パン粉 でんぶん ノンエッグタルタルソース じゃがいも	小 684 中 817	海藻類
14 (金)	ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 さわらのマヨネーズ ^や 焼き だいず ^{だいず} 大豆 ^に のいそ煮	牛乳 さわら 青のり みそ 牛肉 大豆 厚あげ ひじき	ごぼう にんじん えだ豆 たまねぎ	米 麦 じゃがいも さとう	小 755 中 906	緑黄色野菜
17 (月)	カレーライス ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 あじさい ^あ サラダ	牛乳 牛肉	にんにく にんじん たまねぎ きゅうり レッドキャベツ キャベツ とうもろこし	米 麦 カレー ^あ ルウ じゃがいも コールスロードレッシング	小 671 中 798	大豆・大豆製品
18 (火)	くろまめ ^{くろまめ} 黒豆 ^{ぎゅうにゅう} ごはん 牛乳 さば ^{しお} の塩 ^{しお} 焼き とり ^{じる} だんご汁	牛乳 さば とり肉 油あげ みそ わかめ	えだ豆 たまねぎ ごぼう しょうが にんじん えのきたけ 白ねぎ	米 黒豆 でんぶん	小 691 中 820	いも類
19 (水)	ソフトめん ^{ぎゅうにゅう} トマトソース 牛乳 アスパラガス ^あ のサラダ	牛乳 ベーコン ウインナー	セロリー にんじん たまねぎ きゅうり マッシュルーム トマト キャベツ アスパラガス にんじん	ソフトめん オリーブ油 さとう でんぶん	小 620 中 741	種実類
20 (木)	コッペパン ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 わか ^{わか} 若 ^{つぶ} どりの粒 ^や マスタード ^や 焼き チンゲンサイ ^{れいとう} のスープ 冷凍 ^{れいとう} みかん	牛乳 とり肉 ベーコン	たまねぎ にんじん えのきたけ とうもろこし チンゲンサイ みかん	パン じゃがいも	小 647 中 778	魚介類
21 (金)	ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ぐち ^{あま} の甘酢 ^{あま} あえ 野菜 ^{やさい} のうま煮 ^{つくだに} のり佃煮 ^に	牛乳 ぐち さつま揚げ ぶた肉 さつま揚げ のり 厚揚げ	しょうが にんじん だいこん れんこん 干しいたけ いんげん	米 麦 油 さとう さといも でんぶん	小 721 中 862	くだもの
24 (月)	ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 若 ^{わか} どりのコーン ^あ フレーク ^あ フライ ゆかり ^{じる} あえ かみ ^{じる} なり汁	牛乳 とり肉 豆腐	こまつな キャベツ 赤じそ たまねぎ にんじん	米 麦 コーン ^あ フレーク でんぶん じゃがいも ごま油	小 633 中 755	きのこ類
25 (火)	キムタク ^{どん} 丼 牛乳 ほうれん ^{ぎゅうにゅう} そうの中華 ^あ あえ	牛乳 ぶた肉	にんにく しょうが たまねぎ にんじん しめじ たまねぎ 白菜 ^あ キムチ とうもろこし ほうれんそう	米 麦 さとう ごま油	小 607 中 723	小魚
26 (水)	わかめ ^{ぎゅうにゅう} うどん 牛乳 きゅう ^す りの酢 ^す のもの 手作り ^{てづく} むしパン	牛乳 とり肉 わかめ 油あげ きなこ	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	うどん ごま油 さとう むしパン粉 ^あ (乳・小麦)	小 687 中 818	いも類
27 (木)	コッペパン ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 さけ ^あ のレモン ^あ ソース ^あ かけ ミネストローネ ^あ 黒豆 ^あ きなこ ^あ クリーム	牛乳 さけ ベーコン	にんにく レモン果汁 セロリー たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ トマト	パン オリーブ油 じゃがいも さとう 黒豆 ^あ きなこ ^あ クリーム ^あ (乳・ごま・大豆)	小 626 中 751	大豆・大豆製品
28 (金)	ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ぶた ^{にく} 肉 ^あ のねぎ ^や 焼き みそ汁 ^{しお} 一口 ^{ひとくち} 洋なし ^{ようなし} ゼリー	牛乳 ぶた肉 わかめ 油あげ みそ	ねぎ しょうが たまねぎ にんじん えのきたけ 切干大根 こまつな	米 麦 ゼリー	小 653 中 766	いも類

※給食物資の供給等の理由で予告なく献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

赤磐市でとれた「米・大豆・たまねぎ・きゅうり・キャベツ」を使う予定です。

赤磐市の学校給食センターでは、赤磐市産の食材を3品目以上使用した日について【あかいわの日】としています。