



# 平成30年6月分 学校給食献立予定表



よくかんでゆっくりたべましょう

| 日 曜          | こんだてめい                     | おもにからだをつくるものになる                |          | おもにからだのちょうしをととのえる |                           | おもにエネルギーのもとになる        |                 | 献立に含まれるアレルギー表示<br>(特定原材料及びそれに準ずる27品目) |
|--------------|----------------------------|--------------------------------|----------|-------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------|---------------------------------------|
|              |                            | 1ぐん                            | 2ぐん      | 3ぐん               | 4ぐん                       | 5ぐん                   | 6ぐん             |                                       |
| 1 金          | ごはん                        |                                |          |                   |                           | 【こめ】                  |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | すいとんじる                     | あぶらあげ                          |          | にんじん              | はくさい・だいこん・【ねぎ】            | すいとん                  |                 | 小麦 大豆                                 |
|              | そばうどん                      | とりにく・だいす                       |          | にんじん              | とうもろこし・えだまめ               | さとう                   | あぶら             | 鶏肉 大豆 小麦                              |
| 4 月          | ごはん                        |                                |          |                   |                           | 【こめ】                  |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | けんちんじる                     | とりにく・【とうふ】                     |          | にんじん              | ごぼう・だいこん・【ねぎ】             | こんにゃく                 | ごまあぶら<br>あぶら    | 鶏肉 大豆 ごま 小麦                           |
|              | さわらのうめソースがけ                | さわら                            |          |                   | うめ                        | さとう                   | あぶら             | りんご 大豆 小麦                             |
| 5 火          | ちゅうかめん                     |                                |          |                   |                           | 【ちゅうかめん】              |                 | 小麦                                    |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | しょうゆラーメン                   | 【ふたにく】・【やきふた】                  |          | にんじん              | もやし・【ねぎ】<br>とうもろこし        |                       | あぶら             | 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン ごま                   |
|              | ☆たこのからあげ                   | たこ                             |          |                   |                           | こめこ・でんぷん              | あぶら             |                                       |
|              | *カットパイ                     |                                |          |                   | カットパイ                     |                       |                 |                                       |
| 6 水          | ごはん                        |                                |          |                   |                           | 【こめ】                  |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | はくさいとベーコンのスープ              | ベーコン                           |          | にんじん・パセリ          | 【たまねぎ】・はくさい<br>とうもろこし     |                       | あぶら             | 豚肉 大豆                                 |
|              | ☆ポテトコロッケ                   | ふたにく・ぎゅうにく                     |          | にんじん・パセリ          | たまねぎ                      | じゃがいも・パンこ<br>こむぎこ・さとう | あぶら             | 豚肉 牛肉 小麦 大豆                           |
| のりふりかけ       | かつおぶし                      | のり                             |          |                   |                           |                       |                 |                                       |
| 7 木          | わかめごはん                     |                                | わかめ      |                   |                           | 【こめ】                  |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | ごじる                        | 【ふたにく】・ミックスみそ<br>【とうふ】・だいすペースト |          | にんじん              | だいこん・【ねぎ】・しょうが            | さといも                  | あぶら             | 豚肉 大豆                                 |
|              | てりどり                       | とりにく                           |          |                   | しょうが                      | さとう                   | あぶら             | 鶏肉 大豆 小麦                              |
| 8 金          | ごはん                        |                                |          |                   |                           | 【こめ】                  |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | わかめスープ                     | 【ふたにく】・【やきふた】                  | わかめ      | にんじん              | もやし・とうもろこし<br>ほししいたけ・【ねぎ】 |                       | ごま・あぶら<br>ごまあぶら | 豚肉 小麦 大豆 ごま 鶏肉                        |
|              | ☆はるまき                      | ふたにく                           |          | にんじん・にら           | キャベツ・もやし・エリンギ             | でんぷん・さとう<br>こむぎこ      | ごまあぶら<br>あぶら    | 豚肉 大豆 小麦 ごま                           |
|              | ◎こまつなのナムル                  |                                |          | こまつな・にんじん         |                           |                       | ナムルのもと          | ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦                        |
| 11 月         | ごはん                        |                                |          |                   |                           | 【こめ】                  |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | さわにわん                      | 【ふたにく】                         |          | にんじん              | だいこん・ごぼう・【ねぎ】             | こんにゃく                 | あぶら             | 豚肉 大豆 小麦                              |
|              | さばのしおやき                    | さば                             |          |                   |                           |                       | あぶら             | さば                                    |
| ◎ほうれんそうのおひたし |                            |                                | 【ほうれんそう】 | もやし               | さとう                       |                       | 大豆 小麦           |                                       |
| 12 火         | スライパン                      |                                |          |                   |                           | スライパン                 |                 | 小麦 乳 大豆 豚肉                            |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | コーンクリームスープ                 | ベーコン                           | ぎゅうにゅう   | にんじん・パセリ          | 【たまねぎ】・とうもろこし             |                       | あぶら             | 豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉                         |
|              | ☆ハムカツ<br>(とんかつソース)         | とりにく                           |          |                   |                           | こむぎこ・パンこ<br>でんぷん      | あぶら             | 鶏肉 小麦 大豆                              |
|              | ポイルキャベツ                    |                                |          |                   | キャベツ                      |                       |                 | りんご 大豆                                |
|              | いちごジャム                     |                                |          |                   |                           | いちごジャム                |                 |                                       |
| 13 水         | むぎごはん                      |                                |          |                   |                           | 【こめ】・おむぎ              |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | ◆やさいたっぷり!<br>はっちょうみそドライカレー | 【ふたにく】<br>【はっちょうみそ】            |          | にんじん・こまつな         | 【たまねぎ】・エリンギ・【なす】          | じゃがいも                 | カレールウ<br>あぶら    | 豚肉 小麦 大豆 りんご                          |
| あいちのメロンゼリーあえ |                            |                                |          | ナタデココ・パイ          | 【メロンゼリー】                  |                       |                 |                                       |
| 14 木         | ごはん                        |                                |          |                   |                           | 【こめ】                  |                 |                                       |
|              | ぎゅうにゅう                     |                                | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                           |                       |                 | 乳                                     |
|              | とうにゅうスープ                   | ウインナー・とうにゅう                    |          | にんじん・ブロッコリー       | 【たまねぎ】・とうもろこし<br>にんにく     |                       | オリブオイル          | 豚肉 大豆                                 |
|              | ハンバーグのレモンソース               | とりにく・ふたにく                      |          |                   | たまねぎ・レモン                  | こめこ・さとう               | あぶら             | 鶏肉 豚肉 大豆 小麦                           |
|              | ココアパウダー                    |                                |          |                   |                           | ココアパウダー               |                 | 大豆                                    |

・\* \_\_\_\_ するしのカットパイ、ピタパンのからぶくろ、ロシアンティームース、あいちのみかんゼリー、レモンゼリー、ヨーグルトのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

・◆はおうぼこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。

・【 】のしよくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)

・こんだてめいに ( ) できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。

・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。 ・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。

・7、11日、21日、25日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

13日(水)の「やさいたっぷり!  
はっちょうみそドライカレー」は南部中学校のせいとがかんがえたこんだてです。





# 平成30年6月分 学校給食献立予定表



| 日曜  | こんだてめい                       | おもにからだをつくるものになる              |          | おもにからだのちょうしをととのえる |                                | おもにエネルギーのもとになる       |                    | 献立に含まれるアレルギー表示<br>(特定原材料及びそれに準ずる27品目) |
|-----|------------------------------|------------------------------|----------|-------------------|--------------------------------|----------------------|--------------------|---------------------------------------|
|     |                              | 1ぐん                          | 2ぐん      | 3ぐん               | 4ぐん                            | 5ぐん                  | 6ぐん                |                                       |
| 15金 | えだまめごはん                      |                              |          |                   | えだまめ                           | 【こめ】                 |                    | 大豆                                    |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | スタミナじる                       | 【ふたにく】・あぶらあげ<br>【とうふ】・ミックスみそ |          | にんじん              | 【たまねぎ】・だいこん<br>【ねぎ】・にんにく       |                      | ごま・あぶら             | 豚肉 大豆 ごま                              |
|     | とうふのソフトやきそばあん                | とうふ・ぎょにくすりみ<br>とりにく          |          | こまつな・かぼちゃ         |                                | さとう・でんぷん<br>こめこのパンこ  | あぶら                | 大豆 鶏肉 小麦                              |
| 18月 | ごはん                          |                              |          |                   |                                | 【こめ】                 |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | はるさめスープ                      | 【ふたにく】・えび                    |          | にんじん              | 【ねぎ】・ほししいたけ<br>とうもろこし          | はるさめ                 | あぶら                | 豚肉 えび 鶏肉 ごま 大豆 小麦                     |
|     | ☆あげギョーザ・3こ                   | とりにく・ふたにく                    |          |                   | キャベツ・たまねぎ・にんにく<br>しょうが         | でんぷん・さとう<br>こむぎこ     | ごまあぶら<br>あぶら       | 豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま                        |
| 19火 | *ピタパン                        |                              |          |                   |                                | ピタパン                 |                    | 小麦 大豆 乳                               |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | ビーフストロガノフ                    | ぎゅうにく                        | なまクリーム   |                   | 【たまねぎ】・しめじたけ<br>マッシュルーム        |                      | ハヤシルウ<br>あぶら       | 牛肉 小麦 大豆 豚肉 りんご<br>鶏肉 乳               |
|     | オリヴィエサラダ<br>(マヨネーズふうちょうみりょう) | ささみフレーク                      |          | にんじん              | きゅうり・グリーンピース<br>ピクルス           | じゃがいも                |                    | 鶏肉 大豆 ゼラチン                            |
|     | *ロシアンティームース                  |                              |          |                   |                                |                      | マヨネーズふう<br>ちょうみりょう | 大豆 りんご                                |
|     |                              |                              |          |                   |                                |                      | ロシアンティームース         | 大豆 ゼラチン                               |
| 20水 | ごはん                          |                              |          |                   |                                | 【こめ】                 |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | うきうきたまごどん                    | とりにく・【たまご】<br>こうやとうふ         |          | にんじん              | 【たまねぎ】・グリーンピース<br>ほししいたけ       | さとう                  | あぶら                | 鶏肉 卵 大豆 小麦                            |
|     | あいちのやさしいりはんぺん                | ぎょにくすりみ                      |          | 【にんじん】            | とうもろこし・【キャベツ】                  | でんぷん・さとう             | あぶら                |                                       |
|     | *あいちのみかんゼリー                  |                              |          |                   | 【あいちのみかんゼリー】                   |                      |                    |                                       |
| 21木 | ごはん                          |                              |          |                   |                                | 【こめ】                 |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | とうがんじる                       | とりにく・かまぼこ                    |          | にんじん              | とうがん・はくさい・【ねぎ】<br>ほししいたけ       |                      | あぶら                | 鶏肉 大豆 小麦                              |
|     | きりほしだいこんのベーコンに               | ベーコン                         |          | にんじん・さやいんげん       | 【きりほしだいこん】                     | さとう                  | あぶら                | 豚肉 大豆 小麦                              |
| 22金 | ごはん                          |                              |          |                   |                                | 【こめ】                 |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | かにだんごスープ                     | 【ふたにく】・かにだんご                 |          | にんじん              | はくさい・えのきだけ<br>【ねぎ】・ほししいたけ      |                      | あぶら                | 豚肉 かに 鶏肉 ごま 大豆 小麦                     |
|     | ☆まぐろナゲット・3こ<br>たくあん          | まぐろ・ぎょにくすりみ                  |          |                   |                                | さとう・でんぷん<br>こむぎこ     | あぶら                | 大豆 小麦<br>小麦 大豆                        |
| 25月 | ごはん                          |                              |          |                   |                                | 【こめ】                 |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | ふたじる                         | 【ふたにく】・【とうふ】<br>あぶらあげ・あかみそ   |          | にんじん              | ごぼう・だいこん・【ねぎ】                  | さといも                 | あぶら                | 豚肉 大豆                                 |
|     | ひじきのいために                     | マグロフレーク                      | ひじき      | にんじん              | とうもろこし                         | さとう                  | あぶら                | 大豆 小麦                                 |
|     | *レモンゼリー                      |                              |          |                   | レモンゼリー                         |                      |                    |                                       |
| 26火 | ソフトめん                        |                              |          |                   |                                | ソフトめん                |                    | 小麦                                    |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | カレーソフトめん                     | 【ふたにく】                       |          | にんじん              | 【たまねぎ】・マッシュルーム<br>グリーンピース・にんにく |                      | カレールフ<br>あぶら       | 豚肉 小麦 大豆 りんご                          |
|     | やきフランクフルト                    | ふたにく                         |          |                   | たまねぎ                           | さとう                  | あぶら                | 豚肉                                    |
|     | ◎ブロッコリーのドレッシングあえ             |                              |          | ブロッコリー            |                                |                      | ドレッシング             | 小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉                       |
| 27水 | むぎごはん                        |                              |          |                   |                                | 【こめ】・おおむぎ            |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | ふたにくとごぼうのいりに                 | 【ふたにく】・かまぼこ                  |          | にんじん              | ごぼう・【たまねぎ】<br>しめじたけ・【ねぎ】       | さとう・こんにゃく            | あぶら                | 豚肉 大豆 小麦                              |
|     | ☆あじのしそいりフライ                  | あじ                           |          | 【しそ】              |                                | パンこ・こむぎこ             | あぶら                | 小麦 大豆                                 |
| 28木 | ごはん                          |                              |          |                   |                                | 【こめ】                 |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | ちゅうかスープ                      | とりにく                         |          | にんじん              | もやし・エリンギ・はくさい<br>【ねぎ】・ほししいたけ   |                      | あぶら                | 鶏肉 豚肉 ごま 大豆 小麦                        |
|     | にくだんご・2こ                     | とりにく・ふたにく                    |          |                   | たまねぎ                           | パンこ・さとう<br>でんぷん      | ごまあぶら              | 鶏肉 豚肉 小麦 大豆 ごま りんご                    |
| 29金 | わかめごはん                       |                              | わかめ      |                   |                                | 【こめ】                 |                    |                                       |
|     | ぎゅうにゅう                       |                              | 【ぎゅうにゅう】 |                   |                                |                      |                    | 乳                                     |
|     | すましじる                        | かまぼこ・【とうふ】                   |          | にんじん              | えのきだけ・【ねぎ】<br>ほししいたけ           |                      |                    | 大豆 小麦                                 |
|     | ☆めひかりのごまソース・2こ               | 【めひかり】                       |          |                   |                                | パンこ・こむぎこ<br>さとう・でんぷん | ごま・あぶら             | 小麦 ごま 大豆                              |
|     | *ヨーグルト                       |                              | ヨーグルト    |                   |                                |                      |                    | 乳 ゼラチン オレンジ                           |

- ・\* \_\_\_\_\_ するしのカットパイ、ピタパンのからぶくろ、ロシアンティームース、あいちのみかんゼリー、レモンゼリー、ヨーグルトのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・◆はおうぼこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしよくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに ( ) できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。 ・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・7、11日、21日、25日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルゲンとそば・落花生を含んでいません。



好評献立のレシピを公開しています。