



6月給食献立表



※表に記載している は午前中飲むものです。

※ は手作りおやつです。

日	曜日	乳	献立	食品材料名
1	水	スキムミルク	ちくぜんに	鶏むね肉・竹輪・厚揚げ・人参・大根・ごぼう・筍・蓮根・いんげん・乾椎茸・こんにゃく
			こまつなとひじきのあえもの	小松菜・ひじき・ちりめんじゃこ・人参・ごま
			くだもの	バナナ
2	木	スキムミルク	きなこもち	白玉粉・こしあん・きなこ
			さけのオーロラソースかけ	鮭・片栗粉
			きりぼしだいこんに	切り干し大根・人参・いんげん・椎茸
			たまごスープ	キャベツ・にら・卵
3	金	スキムミルク	くだもの	オレンジ
			ピーマンのにくづめ	合挽肉、ピーマン、玉ねぎ、椎茸・片栗粉
			ポテトサラダ	ハム・じゃが芋・人参・きゅうり・マヨネーズ
			みそしる	油揚げ、しめじ、わかめ、味噌
4	土	スキムミルク	くだもの	バナナ
			チキンライス	鶏ひき肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・コーン
			ポトフ	ベーコン・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ブロッコリー
			5	日
6	月	スキムミルク	ごもくまめに	鶏むね肉・竹輪・大豆・人参・ごぼう・大根・筍・こんにゃく・蓮根・乾椎茸・厚揚げ・いんげん
			ちんげんさいのソテー	ベーコン・チンゲン菜・しめじ・玉ねぎ・人参
			くだもの	バナナ
7	火	スキムミルク	ヨーグルト	スキムミルク
			はっぼうさい	豚バラ肉・エビ・人参・チンゲン菜・白菜・椎茸・筍・玉ねぎ・片栗粉
			ゆでたまご	卵
			チーズ	棒チーズ
8	水	スキムミルク	くだもの	オレンジ
			すぶた	豚肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・筍・椎茸・パイナップル缶・生姜・片栗粉
			えのきわかめのちゅうかあえ	えのき・わかめ・コーン・玉ねぎ・ごま
			ちゅうかスープ	白菜・きくらげ
9	木	スキムミルク	くだもの	バナナ
			マシュマロフレーク	マシュマロ・コーンフレーク・バター
			スパニッシュオムレツ	ベーコン・卵・人参・ほうれん草・玉ねぎ・じゃがいも・チーズ
			かみかみサラダ	シーチキン・しらす・小松菜・大根・コーン・ごま
10	金	スキムミルク	くだもの	オレンジ
			しろみぎかなのフライ	メルルーサ・卵・小麦粉・パン粉
			きゅうりのすのもの	きゅうり・わかめ・ちりめんじゃこ・ごま
			すましじる	ほうれん草・大根・しめじ
11	土	スキムミルク	くだもの	バナナ
			パイナップルブレッド	パイナップル缶・小麦粉・卵・ベーキングパウダー
			おこのみやき	豚バラ肉・エビ・青ネギ・キャベツ・長芋・かつお節・青のり・お好み焼き粉・卵・天かす
			じゃがいものみそしる	じゃが芋・人参・玉ねぎ・しめじ・みそ
12	日			
13	月	スキムミルク	すきやきふう	牛肉・豆腐・人参・青ネギ・白菜・玉ねぎ・椎茸・ごぼう・えのき・もやし・糸こんにゃく・麩
			こまつなのおひたし	小松菜・わかめ・ちりめんじゃこ・ごま
			くだもの	バナナ
14	火	スキムミルク	いちごジャムヨーグルト	スキムミルク・いちごジャム
			こんさいハンバーグ	鶏ひき肉・卵・豆腐・チーズ・人参・玉ねぎ・蓮根・ごぼう・パン粉
			ハムサラダ	ハム・人参・きゅうり・キャベツ・コーン・マヨネーズ
			あんかけスープ	油揚げ・ほうれん草・もやし・片栗粉
15	水	スキムミルク	くだもの	オレンジ
			どらやき	小麦粉・卵・はちみつ・バター・こしあん
			さばのごまやき	鯖・ごま
			かみかみごもくきんぴら	油揚げ・人参・ごぼう・蓮根・こんにゃく
16	木	スキムミルク	くだもの	バナナ
			あつあげのチャンプル	厚揚げ・人参・チンゲン菜・もやし
			きりこんぶのもの	ちりめんじゃこ・昆布・人参・小松菜
			かぶのみそしる	かぶ・しめじ・味噌
17	金	スキムミルク	くだもの	オレンジ
			ぶたにくのしょうがやき	豚肉・生姜
			マカロニサラダ	ハム・人参・きゅうり・マカロニ・マヨネーズ
			えのきのすましじる	豆腐・えのき・青ネギ
18	土	スキムミルク	くだもの	バナナ
			チーズケーキ	クリームチーズ・生クリーム・小麦粉・卵・バター
			やきうどん	豚バラ肉・うどん・人参・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・もやし・青ネギ・青のり
			わかめスープ	豆腐・わかめ・えのき
19	日			
20	月	スキムミルク	マーボーなす	合挽肉・茄子・筍・人参・玉ねぎ・青ネギ・乾椎茸・生姜・片栗粉
			ちりめんとピーマンのつくだに	ちりめんじゃこ・ピーマン
			はるさめスープ	春雨・わかめ・ごま
			くだもの	オレンジ
21	火	スキムミルク	バナナヨーグルト	スキムミルク・バナナ
			あかうおのにつけ	赤魚・生姜
			しらあえ	豆腐・人参・こんにゃく・しめじ・ほうれん草・ごま・味噌
			くだもの	バナナ
22	水	スキムミルク	かみかみてんぷら	人参・さやいんげん・コーン・ごぼう・てんぷら粉
			キャベツサラダ	ハム・わかめ・人参・キャベツ・きゅうり・コーン・ごま
			とうふのみそしる	豆腐・油揚げ・わかめ・味噌
			くだもの	オレンジ
23	木	スキムミルク	ちりめんトースト	ちりめん・チーズ・のり・マヨネーズ
			チンジャオロース	牛肉・人参・ピーマン・もやし・筍・玉ねぎ
			ちくわのにしょくあげ	竹輪・青のり・紅生姜・てんぷら粉
			くだもの	バナナ
24	金	スキムミルク	まつかぜやき	鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・蓮根・生姜・ごま・青のり・味噌・卵・パン粉
			さつま芋サラダ	ハム・さつま芋・人参・きゅうり・マヨネーズ
			くだもの	オレンジ
			ハヤシライス	牛バラ肉・玉ねぎ・マッシュルーム・じゃが芋・ハヤシライスのルー
25	土	スキムミルク	にんじんしりしり	人参・ピーマン・豆腐・ごま
26	日			
27	月	スキムミルク	ボークビーンズ	豚バラ肉・大豆・人参・玉ねぎ・じゃが芋・マッシュルーム・トマト缶・トマトピューレ
			さやいんげんのごまあえ	さやいんげん・人参・ごま
			くだもの	バナナ
28	火	スキムミルク	ヨーグルト	スキムミルク
			ハムカツ	ハム・小麦粉・卵・パン粉
			かきたまじる	卵・玉ねぎ・わかめ
			くだもの	オレンジ
29	水	スキムミルク	ドーナツ	ホットケーキミックス・牛乳・卵
			さかなのピカタ	ホキ・
			かみかみだいず	大豆・人参・さつま芋・青のり
			ちんげんさいのスープ	チンゲン菜・椎茸
30	木	スキムミルク	くだもの	バナナ
			だいこんのそぼろに	鶏ひき肉・大根・人参・チンゲン菜・玉ねぎ・片栗粉
			きゅうりのおかかあえ	きゅうり・かつお節
			くだもの	オレンジ

日	曜日	乳	献立	食品材料名
21	火	スキムミルク	あかうおのにつけ	赤魚・生姜
22	水	スキムミルク	しらあえ	豆腐・人参・こんにゃく・しめじ・ほうれん草・ごま・味噌
			くだもの	バナナ
			かみかみてんぷら	人参・さやいんげん・コーン・ごぼう・てんぷら粉
			キャベツサラダ	ハム・わかめ・人参・キャベツ・きゅうり・コーン・ごま
23	木	スキムミルク	とうふのみそしる	豆腐・油揚げ・わかめ・味噌
			くだもの	オレンジ
			ちりめんトースト	ちりめん・チーズ・のり・マヨネーズ
			チンジャオロース	牛肉・人参・ピーマン・もやし・筍・玉ねぎ
24	金	スキムミルク	ちくわのにしょくあげ	竹輪・青のり・紅生姜・てんぷら粉
			くだもの	バナナ
			まつかぜやき	鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・蓮根・生姜・ごま・青のり・味噌・卵・パン粉
			さつま芋サラダ	ハム・さつま芋・人参・きゅうり・マヨネーズ
25	土	スキムミルク	くだもの	オレンジ
			ハヤシライス	牛バラ肉・玉ねぎ・マッシュルーム・じゃが芋・ハヤシライスのルー
			にんじんしりしり	人参・ピーマン・豆腐・ごま
			26	日
27	月	スキムミルク	ボークビーンズ	豚バラ肉・大豆・人参・玉ねぎ・じゃが芋・マッシュルーム・トマト缶・トマトピューレ
			さやいんげんのごまあえ	さやいんげん・人参・ごま
			くだもの	バナナ
28	火	スキムミルク	ヨーグルト	スキムミルク
			ハムカツ	ハム・小麦粉・卵・パン粉
			かきたまじる	卵・玉ねぎ・わかめ
			くだもの	オレンジ
29	水	スキムミルク	ドーナツ	ホットケーキミックス・牛乳・卵
			さかなのピカタ	ホキ・
			かみかみだいず	大豆・人参・さつま芋・青のり
			ちんげんさいのスープ	チンゲン菜・椎茸
30	木	スキムミルク	くだもの	バナナ
			だいこんのそぼろに	鶏ひき肉・大根・人参・チンゲン菜・玉ねぎ・片栗粉
			きゅうりのおかかあえ	きゅうり・かつお節
			くだもの	オレンジ



乳

- ・牛乳、スキムミルク→豆乳
- ・ヤクルト→りんごジュース
- ・ヨーグルト→りんごゼリー
- ・カレー→乳、小麦粉、バナナ
不使用のルーで代用
- ・ハヤシライス
→乳、小麦粉不使用のルーで代用
- ・チーズ、粉チーズ（乳）
- ・クリームチーズ（乳）
- ・バター（乳）
- ・生クリーム（乳）

《アレルギー（食材）一覧表》



小麦粉

- ・てんぷら粉→片栗粉
- ・ホットケーキミックス
→米粉のホットケーキミックス



卵

- ・マヨネーズ（全卵）
→卵不使用のマヨネーズ
- ・ハム（卵白）
- ・かまぼこ（卵白）

- ・ちくわ（全卵）
- ・ベーコン（卵白）
- ・ウィンナー（全卵）

この3つの食材は、卵、小麦粉、乳などのアレルギーが入っていないものを使用しています。

☆歯を強くするかみかみメニュー☆



- ・かみかみサラダ
- ・かみかみごもくきんぴら
- ・かみかみてんぷら
- ・かみかみだいず



味わってよく噛む習慣！よく噛んで良いこといっぱい！



●果物は仕入れ状況に応じて変更させて頂くことがあります。変更した場合、給食展示ケースのメニューボードにてお知らせします。