

平成29年 6月 学校給食献立表

小城市芦刈給食センター

| 日曜 | 献立名 | 赤の食品 | 緑の食品 | 黄の食品 | 調味料 | 小学校 | 中学校 |
|---------|--|--|---|---|--|-----|-----|
| | | 牛乳・卵・魚・肉・海草 大豆・大豆製品 | 野菜・きのこ・くだもの | 穀類・いも類・砂糖・油脂類 | | | |
| | | 主に体をつくるものになる | 主に体の調子を整えるものになる | 主にエネルギーのものになる | | | |
| 1 木 | コッペパン 牛乳 マーガリン じゃが芋の洋風煮 鶏肉のレモン醤油かけ 人参とキャベツの サラダ | 牛乳 豚肉 うずら卵 鶏がら～だし 鶏肉 | 人参 玉葱 グリンピース ホールコーン レモン汁 人参 キャベツ きゅうり | コッペパン マーガリン じゃが芋 でん粉 小麦粉 油 ごまドレッシング | 塩 こしょう 白ワインしょうゆ みりん酢しょうゆ | ○ | ○ |
| 2 金 | 虫歯予防にちなんだ行事食 御飯 牛乳 いわしの梅煮 かみかみサラダ もずく入りかきたま汁 | 牛乳 いわしの梅煮 さきいか 大豆 卵 もずく かまぼこ 煮干・けずり節～だし | キャベツ きゅうり 玉葱 葱 | 精白米 強化米 ごま 砂糖 ごま油 おはらふ でん粉 | しょうゆ 酢 しょうゆ 塩 | ○ | ○ |
| 5 月 | 御飯 牛乳 鶏肉の甘煮 きびなごの竜田揚げ うりのごま和え | 牛乳 鶏肉 さつま揚げ うずら卵 きびなご | 人参 ごぼう 干椎茸 たけのこ さやいんげん こんにゃく 生姜 うり きゅうり | 精白米 強化米 砂糖 油 ごま油 でん粉 小麦粉 油 ごま | しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ しょうゆ 塩 みりん | ○ | ○ |
| 6 火 | ミルクパン 牛乳 みそバターラーメン 焼きぎょうざ わかめともやしの ナムル | 牛乳 豚肉 鶏がら～だし 合わせみそ 赤みそ 焼きぎょうざ わかめ | もやし 葱 きくらげ 玉葱 りんご にんにく 生姜 人参 もやし 人参 きゅうり | ミルクパン ラーメン麺 ラード ごま油 バター 砂糖 ごま油 | ラー油 白湯 塩 こしょう酒 醤油 しょうゆ 酢 塩 | ○ | ○ |
| 7 水 | 生揚げのカレー 牛乳 ごぼうとアスパラ のサラダ ヨーグルト | 牛乳 生揚げ 牛乳 鶏がら～だし ヨーグルト | 人参 玉葱 にんにく グリンピース ごぼう グリーンアスパラ ホールコーン きゅうり | 精白米 強化米 強化麦 カレールウ じゃが芋 油 ごま 砂糖 マヨネーズ | 塩こしょうソース 白ワインカレー粉 しょうゆ みりん 酒 | ○ | ○ |
| 8 木 | ミルクパン 牛乳 長崎皿うどん 五目包子 海草サラダ | 牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 鶏がら～だし 五目包子 海草ミックス | 人参 玉葱 葱 きくらげ キャベツ 干椎茸 もやし 葱 きゅうり キャベツ ホールコーン | ミルクパン 揚げチャーメン でん粉 油 ごま油 砂糖 | しょうゆ 酢 塩 酒 こしょう カキ油 塩 しょうゆ 酢 | ○ | ○ |
| 9 金 | えびとコーンのピラフ 牛乳 ごまマヨネーズサラダ わかめスープ | 牛乳 えび わかめ 鶏がら～だし ベーコン | ホールコーン ピーマン キャベツ むき枝豆 人参 人参 玉葱 チンゲン菜 きくらげ | 精白米 強化米 バター ごま マヨネーズ ごま 油 | 塩 こしょう しょうゆ しょうゆ 塩 | ○ | ○ |
| 11 日 | 焼肉チャーハン 牛乳 フレンチサラダ 卵スープ | 牛乳 牛肉 ロースハム 卵 鶏がら～だし | 人参 玉葱 むき枝豆 キャベツ人参 ホールコーンきゅうり 人参 玉葱 きくらげ 葱 | 精白米 強化米 ごま 油 オリーブ油 砂糖 でん粉 油 | しょうゆ 酒 塩 胡椒 焼肉のタレ 塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 こしょう 酒 | ○ | ○ |
| 12 月 | 給食はありません 11日(日)の代休です。 | | | | | | |
| 13 火 | レーズンパン 牛乳 磯とじうどん 竹輪のごま揚げ チンゲン菜の アーモンド和え ゼリー | 牛乳 鶏肉 しらす干し わかめ 卵 煮干・けずり節～だし 竹輪 | さがみかんゼリー 人参 玉葱 葱 チンゲン菜 人参 きゅうり | レーズンパン うどん麺 油 砂糖 黒ごま 小麦粉 油 アーモンド粉 砂糖 | しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん | ○ | ○ |
| 14 水 | 御飯 牛乳 焼魚 ピーマンとこんにゃく の炒り煮 生揚げのみそ汁 | 牛乳 鮭 豚肉 生揚げ 煮干～だし 合わせみそ | ピーマン こんにゃく 人参 玉葱 葱 | 精白米 強化米 ごま 砂糖 ごま油 おはらふ | 塩 しょうゆ みりん 酒 | ○ | ○ |
| 15 木 | ミルクパン 牛乳 手作りキッシュ 枝豆サラダ ベジタブルスープ | 牛乳 ベーコン おから 卵 牛乳 生クリーム チーズ ロースハム 豚肉 鶏がら～だし うずら卵 | キャベツ 玉葱 しめじ 枝豆 キャベツきゅうりホールコーン 人参 玉葱 チンゲン菜 | ミルクパン バター ドレッシング 油 | 白ワイン カップ 塩 こしょう 塩 こしょう しょうゆ | ○ | ○ |

平成29年 6月 学校給食献立表

小城市芦刈給食センター

| 日曜 | 献立名 | 赤の食品 | 緑の食品 | 黄の食品 | 調味料 | 小学校 | 中学校 |
|-----|---|---|---|--|---|-----|-----|
| | | 牛乳・卵・魚・肉・海草 大豆・大豆製品 | 野菜・きのこ・くだもの | 穀類・いも類・砂糖・油脂類 | | | |
| | | 主に体をつくるものになる | 主に体の調子を整えるものになる | 主にエネルギーのものになる | | | |
| 16金 | 御飯 牛乳 手巻きのみり うま煮 ごま和え チーズ納豆 | 牛乳 手巻きのみり チーズ 納豆 鶏肉 生揚げ うずら卵 塩昆布 | 人参 玉葱 こんにやく むき枝豆 きゅうり キャベツ 人参 もやし | 精白米 強化米 砂糖 じゃが芋 砂糖 油 ごま | しょうゆ しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん | ○ | ○ |
| 19月 | ハッピーキャロットの日 五目混ぜ御飯 牛乳 小松菜のごま和え 鶏つくね 豆腐のみそ汁 | 牛乳 鶏肉 錦糸卵 鶏つくね 豆腐 わかめ 煮干〜だし 合わせみそ | 人参 ごぼう むき枝豆 干椎茸 小松菜 もやし 人参 | 精白米 強化米 油 砂糖 ごま じゃが芋 | 塩 酒 しょうゆ みりん しょうゆ | ○ | ○ |
| 20火 | ミルクパン 牛乳 スパゲティナポリタン 野菜サラダ ナッツ | 牛乳 ベーコン 粉チーズ | 人参 玉葱 ピーマン トマトホール マッシュルーム 人参 きゅうり キャベツ | ミルクパン スパゲティ オリーブ油 ハヤシルウ ごまドレッシング ナッツ | ケチャップソース 塩 こしょう トマトピューレ こしょう | ○ | ○ |
| 21水 | 御飯 牛乳 魚のコーン焼き チャプチェ 中華スープ | 牛乳 赤魚 豚肉 焼豚 鶏がら〜だし | クリームコーン パセリ にんにく 人参 しめじ 玉葱 ピーマン 人参 たけのこ チンゲン菜 玉葱 きくらげ | 精白米 強化米 マヨネーズ 緑豆春雨 砂糖 ごま油 ごま 油 ごま油 | 塩 こしょう 酒 しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ 塩 | ○ | ○ |
| 22木 | 日本の味めぐり大阪府 ミルクパン 牛乳 お好み焼き 人参とコーンのサラダ ビーフンスープ | 牛乳 豚肉 卵 かつお節 青のり かまぼこ 鶏がら〜だし | 人参 ホールコーン パセリ キャベツ もやし きくらげ 人参 玉葱 ほうれん草 | ミルクパン マヨネーズ 小麦粉 油 マヨネーズ ビーフン | 塩 こしょう 酒 塩 こしょう 中濃ソースしょうゆ 塩 こしょう しょうゆ 酒 | ○ | ○ |
| 23金 | 親子丼 牛乳 豆腐しゅうまい 中華サラダ | 牛乳 卵 鶏肉 かまぼこ けずり節〜だし お豆腐しゅうまい | 人参 玉葱 葱 ほうれん草 キャベツ きくらげ | 精白米 強化米 強化麦 砂糖 油 でん粉 緑豆春雨 ごま油 砂糖 | しょうゆ みりん 酒 塩 みりん しょうゆ 塩 酢 | ○ | ○ |
| 26月 | 梅しらす御飯 牛乳 白身魚の野菜 あんかけ じゃが芋のみそ汁 | 牛乳 しらす干し 白身魚 煮干〜だし 合わせみそ 油揚げ | 梅 人参 キャベツ もやし 玉葱 ほうれん草 人参 玉葱 葱 | 精白米 強化米 ごま 油 でん粉 じゃが芋 | しょうゆ しょうゆ | ○ | ○ |
| 27火 | ミルクパン 牛乳 タイ風ビーフン 焼きとうもろこし 人参と豆のサラダ | 牛乳 豚肉 えび | 人参 玉葱 キャベツ もやし にら とうもろこし | ミルクパン 平麺ビーフン ごま油 バター 砂糖 | 塩 こしょう 酒 カキ油 しょうゆ しょうゆ みりん | ○ | ○ |
| 28水 | 麦御飯 牛乳 鶏肉の西京焼き しらす和え 春雨汁 | 牛乳 鶏肉 米みそ しらす干し 煮干・けずり節〜だし | 葱 にんにく 生姜 きゅうり キャベツ 人参 ホールコーン 人参 玉葱 きくらげ 葱 | 精白米 強化米 強化麦 ごま油 砂糖 ごま 砂糖 緑豆春雨 | ケチャップ 酒 しょうゆ みりん しょうゆ みりん 塩 酒 | ○ | ○ |
| 29木 | セルフバーガー 牛乳 ポークビーンズ ポテトチップス | 牛乳 スクールハンバーグ 豚肉 大豆 鶏がら〜だし 生クリーム | 玉葱 キャベツ 人参 玉葱 グリンピース | 背割りコッペパン 砂糖 マカロニ 砂糖 油 じゃが芋 油 | デミグラスソース ケチャップソース ケチャップ こしょう しょうゆ 塩カレー粉 デミグラスソース 塩 | ○ | ○ |
| 30金 | 御飯 牛乳 タマトマトマピー チーズ焼き アーモンド和え わかめのみそ汁 | 牛乳 卵 チーズ わかめ 油揚げ 煮干〜だし 合わせみそ | 玉葱 トマト ピーマン ほうれん草 キャベツ きゅうり人参 人参 玉葱 葱 | 精白米 強化米 油 マヨネーズ 砂糖 アーモンド粉 砂糖 おはらふ | しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ みりん | ○ | ○ |

お知らせ

**虫歯予防にちなんだ行事食
食育の日（ハッピーキャロットの日）
日本の味めぐり 大阪府**

2日（金）

19日（月）

22日（木）

