

平成30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 金	親子丼 牛乳 小松菜のおかか和え マンゴープリン	牛乳 卵 鶏肉 かまぼこ けずり節〜だし かつお節	人参 玉葱 葱 もやし 小松菜 人参	精白米 強化米 強化麦 砂糖 油 でん粉 マンゴープリン	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん	○	○
4 月	<b>カムカム献立の日</b> 御飯 牛乳 いわしの梅煮 かみかみサラダ かにたまスープ	牛乳 いわしの梅煮 さきいか 大豆 かにかまぼこ 卵 鶏がら〜だし	キャベツ きゅうり 人参 玉葱 きくらげ 葱	精白米 強化米 ごま 砂糖 ごま油 でん粉	しょうゆ 酢 しょうゆ 酒 塩 こしょう	○	○
5 火	<b>オリ・バラ給食キューバ</b> ミルクパン 牛乳 鶏肉のトマト風煮込み キューバサラダ 黒大豆	牛乳 鶏肉 レンズ豆 黒大豆	玉葱 レモン 人参 にんにく グリーンピース マッシュルーム キャベツ 人参 玉葱 トマト にんにく レモン むぎ枝豆	ミルクパン じゃが芋 マカロニ オリーブ油	トマトピューレ 塩 こしょう 塩 こしょう 酢	○	○
6 水	御飯 牛乳 そばろ煮 焼きししゃも キャベツの昆布和え	牛乳 豚ミンチ 子持ちししゃも 塩昆布	人参 玉葱 こんにゃく さやいんげん キャベツ	精白米 強化米 じゃが芋 砂糖 油 ごま ごま油	しょうゆ みりん 酒 しょうゆ	○	○
7 木	黒糖パン 牛乳 みそラーメン 春巻き 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 春巻き わかめ	もやし 葱 きくらげ 玉葱 りんご にんにく 生姜 もやし 人参 きゅうり	黒糖パン ラーメン麺 ラード ごま油 油 砂糖 ごま油	ラー油 白湯 塩 こしょう 酒 醤油 しょうゆ 酢 塩	○	○
8 金	ポークカレー 牛乳 ごぼうサラダ 手作りカクテルゼリー	牛乳 豚肉 牛乳 鶏がら〜だし	人参 玉葱 にんにく グリーンピース ごぼう 人参 きゅうり ホールコーン	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 カクテルゼリー・クールゼリー素	塩 こしょう ソース 白ワイン カレー粉 しょうゆ みりん 酒	○	○
10 日	麦御飯 牛乳 味つけのり 鶏肉の西京焼き しらす和え 春雨汁	牛乳 味つけのり 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 砂糖 ごま油 ごま 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	○	○
11 月	給食はありません 10日(日)の代休です。 						
12 火	レーズンパン 牛乳 磯とじうどん 竹輪のカレー揚げ 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 小麦粉 油 アーモンド粉 砂糖	しょうゆ みりん 酒 塩 カレー粉 しょうゆ みりん	○	○
13 水	小松菜とじゃこの 混ぜ御飯 牛乳 即席漬 じゃが芋のみそ汁	牛乳 しらす干し 塩昆布 煮干〜だし 合わせみそ 油揚げ	小松菜 キャベツ きゅうり 人参 人参 玉葱 葱	精白米 強化米 ごま ごま じゃが芋	塩 しょうゆ	○	○
14 木	ミルクパン 牛乳 卵のココット蒸し 枝豆サラダ ベジタブルスープ	牛乳 卵 豚ミンチ 粉チーズ ロースハム 豚肉 鶏がら〜だし	玉葱 マッシュルーム 人参 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 セロリ	ミルクパン 砂糖 油 ドレッシング 油	ソース ケチャップ塩 塩 こしょう しょうゆ	○	○
15 金	<b>和食の日</b> 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 果物	牛乳 鶏肉 さつま揚げ うずら卵 きびなご	冷凍みかん 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	○	○

平成30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			
18月	御飯 牛乳 焼き魚 ピーマンと こんにゃくの炒り煮 生揚げのみそ汁	牛乳 鯖 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	○	○
19火	ハッピーキャロットの日 クロワッサン 牛乳 じゃが芋の洋風煮 鶏肉のレモン しょうゆかけ 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 レモン汁 人参 キャベツ ホールコーン	クロワッサン じゃが芋 でん粉 小麦粉 油 マヨネーズ	塩 こしょう 白ワイン しょうゆ みりん 酢しょうゆ塩 塩 こしょう	○	○
20水	御飯 牛乳 枝豆と豆腐の ミンチカツ こんにゃくの和え物 わかめ汁	牛乳 枝豆と豆腐のミンチカツ 鶏ミンチ 豆腐 わかめ けずり節・煮干~だし	しらたき 玉葱 きゅうり 人参 レモン汁 人参 玉葱 葱	精白米 強化米 油 ごま 砂糖 油	しょうゆ 酒 しょうゆ 酒 塩	○	○
21木	ミルクパン 牛乳 長崎皿うどん 豆腐しゅうまい 海草サラダ ゼリー	牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 鶏がら~だし さつま揚げ 豆腐しゅうまい	人参 玉葱 葱 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 梅ゼリー 揚げチャーメン でん粉 油 ごま油 砂糖	しょうゆ 酢 塩 こしょう カキ油 塩 しょうゆ 酢	○	○
22金	えびとコーンのピラフ 牛乳 ごまマヨネーズサラダ ワンタンスープ	牛乳 えび 豚肉 鶏がら~だし	ホールコーン ピーマン キャベツ むき枝豆 人参 人参 玉葱 きくらげ 葱	精白米 強化米 バター ごま マヨネーズ ワンタン 油	塩 こしょう しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ 酒	○	○
25月	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 塩こしょう 焼肉のタレ 酒 塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 こしょう 酒	○	○
26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 赤いんげん 大豆	人参 玉葱 キャベツ もやし にら とうもろこし 人参 むき枝豆	ミルクパン 平麺ビーフン ごま油 バター 砂糖 金時豆 ごま マヨネーズ	塩 こしょう 酒 カキ油 しょうゆ しょうゆ みりん 塩 こしょう	○	○
27水	麦御飯 牛乳 うま煮 納豆・手巻きのり ごま和え	牛乳 鶏肉 生揚げ うずら卵 納豆 手巻きのり	人参 玉葱 こんにゃく むき枝豆 きゅうり キャベツ 人参 もやし	精白米 強化米 強化麦 じゃが芋 砂糖 油 ごま	しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん	○	○
28木	パイパン 牛乳 ソース焼きそば 五目包子 ピーマンともやしの ナムル	牛乳 豚肉 青のり かつお節 五目包子	人参 玉葱 キャベツ 葱 きくらげ ピーマン 人参 もやし	パイパン 焼きそば麺 油 砂糖 ごま油	ソース カキ油 中濃ソース 酒 塩 こしょうしょうゆ しょうゆ 酢 塩	○	○
29金	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 塩こしょう	○	○

お知らせ



カムカム献立の日 (行事食『虫歯予防』) 4日 (月)  
 オリ・パラ給食 キューバ 5日 (火)  
 和食の日 15日 (金)  
 食育の日 (ハッピーキャロットの日) 19日 (火)

※11日 (月) は、10日 (日) の代休です。

