



H27 6月 学校給食献立表



九度山町学校給食センター

日	曜日	こんだてめい			おもにねつやちからのもと になるもの(黄)	おもにからだのちやにく になるもの(赤)	おもにからだのちようしを ととのえるもの(緑)	カロリー 小	カロリー 中
		しゅしよく	牛乳	ふくしよく・デザート					
1	月	ごはん		いかのかりんあげ やさしいため うめぼし	かたくりこ あぶら、さとう ごはん ごま	ぎゅうにゅう、いか ぶたにく	ピーマン、パプリカ(あか) たまねぎ、コーン、キャベツ うめぼし	765	950
2	火	げんりょう コッペパン		スパゲティナポリタン ポイルやさしい マヨネーズこぶくろ	スパゲティ バター コッペパン マヨネーズ	ぎゅうにゅう、ウインナー こなチーズ	にんじん、たまねぎ、しめじ ピーマン、キャベツ、もやし	627	775
3	水	ごはん		はっぼうさい シューマイ(幼小2中3)	ごまあぶら かたくりこ さとう、あぶら ごはん	ぎゅうにゅう、ぶたにく いか、えび、うすらたまご シューマイ	たけのこ、しいたけ、にんじん はくさい、たまねぎ、ねぎ しょうが	725	871
4	木	コッペパン		オムレツ ごぼうのサラダ オニオンスープ、まんでんだいず	ねりごま あぶら バター コッペパン	ぎゅうにゅう、オムレツ ベーコン、まんでんだいず	ごぼう、きゅうり、にんじん ほうれんそう、たまねぎ パセリ	634	733
5	金	ごはん		あげししゃも(幼小2中3) ちくぜんに オレンジ	かたくりこ あぶら、さといも ごはん こんにゃく、さとう	ぎゅうにゅう、こもちししゃも とりにく、うすらたまご	ごぼう、にんじん、だいこん オレンジ	721	908
8	月	ごはん		さばのしおやき きゅうりのこんぶづけ かきたまじる	かたくりこ ごはん	ぎゅうにゅう、さば ちりめん、しおこんぶ たまご、とうふ	きゅうり、たまねぎ、ねぎ えのきたけ	616	746
9	火	げんりょう カットパン		やきそば かいそうサラダ	やきそばめん あぶら、さとう カットパン	ぎゅうにゅう、ぶたにく えび、いか、あおのり わかめ、ちりめん	キャベツ、たまねぎ、にんじん にら、だいこん、きゅうり	744	912
10	水	ごはん		キムチどん もやしのちゅうかあえ	ごまあぶら さとう ごはん ごま	ぎゅうにゅう、ぶたにく	はくさいキムチ、たまねぎ にら、にんにく、しょうが もやし、チンゲンサイ、コーン	626	773
11	木	コッペパン		ハンバーグ じゃこサラダ クリームスープ	あぶら、バター ごまあぶら コッペパン じゃがいも、さとう	ぎゅうにゅう、ハンバーグ ちりめん、えび、ベーコン スキムミルク	だいこん、にんじん、きゅうり コーン、たまねぎ、パセリ	780	907
12	金	ごはん		チンジャオロース はるまき	かたくりこ あぶら さとう ごはん	ぎゅうにゅう、はるまき ぎゅうにく、ぶたにく	ピーマン、パプリカ、たけのこ にんにく	702	847
15	月	ごはん		やきざかな すのもの けんちんじる	さとう こんにゃく さといも ごはん	ぎゅうにゅう、さけ ちりめん、わかめ、 あつあげ	きゅうり、だいこん、ごぼう にんじん、ねぎ	599	731
16	火	コッペパン		とりにくのレモンソース コンソメスープ ミニトマト(幼小1小中2)	さとう、あぶら コッペパン	ぎゅうにゅう、とりにく ベーコン	たまねぎ、セロリ、にんにく パセリ、にんじん、ミニトマト	717	867
17	水	むぎごはん		そぼろどんぶり ピーナッツあえ すもも	さとう ピーナッツ むぎごはん	ぎゅうにゅう、とりにく こうやどうふ、こなチーズ	たまねぎ、にんじん グリーンピース、こまつな もやし、すもも	676	829
18	木	コッペパン		ビーフシチュー コールスローサラダ ヨーグルト	じゃがいも コッペパン	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく ぶたにく、こなチーズ ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しめじ グリーンピース、キャベツ きゅうり	707	830
19	金	ごはん		くじらのたつたあげ ばいにくあえ あさりのみそじる	かたくりこ あぶら こんにゃく ごはん	ぎゅうにゅう、くじら ちりめん、あさり、とうふ あぶらあげ、みそ	しょうが、にんにく、りんご きゅうり、キャベツ、うめ えのきたけ、にんじん、ねぎ	662	816
22	月	むぎごはん		カレーライス てつぶんだっぶりサラダ	じゃがいも ごま むぎごはん ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ぶたにく ぎゅうにく、ひじき、ハム	たまねぎ、にんじん、こまつな グリーンピース、キャベツ えだまめ	663	817
23	火	コッペパン		チーズいりにくだんご(幼小2 中3) ツナサラダ フルーツしらたま	さとう、あぶら しらたまだんご コッペパン	ぎゅうにゅう、にくだんご チーズ、ツナ、かんでん	キャベツ、きゅうり、にんじん だいこん、みかん、もも、 パイナップル	677	834
24	水	ごはん		マーボーどうふ ナムル	さとう、ごま ごまあぶら かたくりこ ごはん	ぎゅうにゅう、とうふ ぶたにく、ぎゅうにく みそ	たけのこ、ねぎ、にんじん にんにく、しょうが、もやし ほうれんそう	642	792
25	木	コッペパン		とりにくのバーベキューソースやき そえやさしい、マヨネーズこぶくろ BLTスープ	さとう、あぶら コッペパン	ぎゅうにゅう、とりにく みそ、ベーコン	にんにく、りんご、たまねぎ レタス、トマト、セロリ キャベツ、きゅうり、にんじん	649	780
26	金	うめちりめん ごはん		ちくわのいそべあげ すましじる アメリカンチェリー	こむぎこ あぶら うめちりめん ごはん	ぎゅうにゅう、ちくわ あおのり、こなチーズ わかめ、かまぼこ、とうふ	にんじん、えのきたけ、ねぎ アメリカンチェリー	619	787
29	月	ごはん		あつやきたまご こうやどうふのもの しそあじひじき	さとう ごはん	ぎゅうにゅう、とりにく あつやきたまご、あぶらあげ こうやどうふ、しそあじひじき	たまねぎ、はくさい、にんじん	658	799
30	火	げんりょう コッペパン		れいめん あげギョーザ(幼小2中3) えだまめ	ちゅうかめん あぶら げんりょう コッペパン	ぎゅうにゅう、ハム ギョーザ	きゅうり、もやし、しいたけ コーン、えだまめ	624	774

材料等の都合により献立内容が変更する場合があります。ご了承ください。  
\*おはしは毎日持ってきてください。

歯を



みがこう!