



H28 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
		しゆしょく	牛乳	ふくしょく・デザート					
1	水	ごはん		とりにくとあつあげの ピリカラいため、アシドミルク ちくわのみそドレッシングあえ	こむぎこ かたくりこ ごはん あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、とりにく あつあげ、ちくわ、 アシドミルク	しょうが、にんじん、たまねぎ たけのこ、ピーマン、にんにく キャベツ、きゅうり	707	860
2	木	コッペパン		セレクトフライ(ベストサンド エピカツ)ポイルキャベツ、 ソース、もずくスープ	あぶら かたくりこ コッペパン	ぎゅうにゅう、 セレクトフライ、もずく、 とりにく、とうふ	キャベツ、はくさい、ねぎ	676	770
3	金	むぎごはん		いわしのきしゅうに きんぴらごぼう とさあえ	こんにやく さとう、あぶら むぎごはん ごま	ぎゅうにゅう、 いわしのきしゅうに、いか かつおぶし	ごぼう、にんじん、もやし、 こまつな	652	778
6	月	ごはん		ほねくのいそべあげ こまつなとキャベツのごまあえ すましじる	こむぎこ あぶら、ごま ごはん ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ほねく、 あおのり、ちりめん、 わかめ、かまぼこ、とうふ	こまつな、キャベツ、にんじん ねぎ、えのきたけ	697	837
7	火	コッペパン		ハムステーキ グリーンサラダ フルーツカクテル	カクテルゼリー さとう コッペパン	ぎゅうにゅう、 ハムステーキ	みかん、パインアップル、 もも、アスパラガス、きゅうり ブロッコリー、コーン	629	719
8	水	ごはん		ホキのマヨネーズやき きゅうりのゆかりあえ じゃがいものみそしる	マヨネーズ じゃがいも ごはん	ぎゅうにゅう、ホキ、 あぶらあげ、とうふ、 わかめ	たまねぎ、コーン、パセリ、 きゅうり、ゆかり、にんじん	653	806
9	木	げんりょう コッペパン		ながさきさらうどん フライドポテト マーシャルピーンズ	さらうどん、さとう じゃがいも、かたく りこ、ごまあぶら コッペパン マーシャルピーンズ	ぎゅうにゅう、ぶたにく いか、えび、うすらたまご かまぼこ	たまねぎ、キャベツ、 たけのこ、えのきたけ、 にんじん	752	887
10	金	ごはん		キムチどんぶり こうやとうふのサラダ	ごまあぶら さとう ごはん	ぎゅうにゅう、ぶたにく こうやとうふ	はくさいキムチ、たまねぎ、 にら、にんにく、しょうが、 にんじん、きゅうり、もやし	641	794
13	月	ごはん		じゃがいものそぼろに じゃこサラダ メロン	じゃがいも、 さとう、あぶら ごはん ごまあぶら	ぎゅうにゅう、とりにく ちりめん	たまねぎ、にんじん、しょうが グリーンピース、だいこん、 きゅうり、メロン	680	830
14	火	コッペパン		とりにくのレモンソース ちゅうかサラダ ヨーグルト	かたくりこ あぶら、さとう コッペパン はるさめ、ごま	ぎゅうにゅう、とりにく いか、ヨーグルト	キャベツ、もやし、きゅうり にんじん	836	1001
15	水	むぎごはん		シーフードカレー かいそうサラダ	じゃがいも あぶら、さとう むぎごはん バター	ぎゅうにゅう、ベーコン いか、えび、あさり、わかめ こなチーズ、ちりめん、	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、だいこん、 きゅうり	680	840
16	木	カットパン		てづくりしろみざかなフライ ポイルキャベツ、ソース ミネストローネ	こむぎこ、パンこ あぶら、マカロニ カットパン じゃがいも	ぎゅうにゅう、ホキ、 たまご、ベーコン	キャベツ、にんじん、たまねぎ セロリ、にんにく、トマト、 いんげんまめ、パセリ	667	805
17	金	ごはん		くじらのたつたあげ とふのこのにもの ばいにくあえ	かたくりこ あぶら、さとう ごはん	ぎゅうにゅう、くじら とりにく、あぶらあげ、 とふのこ、ちりめん	しょうが、にんにく、りんご こまつな、はくさい、にんじん きゅうり、キャベツ	702	868
20	月	ごはん		にくじゃがに キャベツのこんぶあえ	じゃがいも しらたき ごはん さとう	ぎゅうにゅう、ぶたにく ぎゅうにく、ちりめん、 しおこぶ	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、キャベツ	610	751
21	火	コッペパン		とりにくのパーベキューソース もやしのカラフルサラダ トマトとじゃがいものスープ	あぶら、さとう じゃがいも コッペパン	ぎゅうにゅう、とりにく ハム、ベーコン	にんにく、りんご、たまねぎ もやし、コーン、トマト、 パセリ	685	823
22	水	ごはん		てづくりとうふハンバーグ ミニトマト(幼1小中2) みそしる	パンこ、さとう かたくりこ ごはん さといも	ぎゅうにゅう、ぶたにく とうふ、たまご、 あぶらあげ	たまねぎ、ミニトマト、 にんじん、ねぎ	659	810
23	木	コッペパン		かぼちゃグラタン コールスローサラダ レタスとウインナーのスープ	じゃがいも コッペパン	ぎゅうにゅう、 かぼちゃグラタン、 ウインナー	キャベツ、きゅうり、にんじん レタス、たまねぎ、セロリ、 にんにく	589	677
24	金	かきのは すし(さば さけ)		てづくりかきあげ かやくうどん	さつまいも こむぎこ かきのはすし あぶら、うどん	ぎゅうにゅう、えび、 たまご、とりにく、 かまぼこ	ごぼう、にんじん、ピーマン たまねぎ、しいたけ、ねぎ	589	724
27	月	ごはん		あじのなんばんづけ ひじきのいりに アメリカンチェリー(2)	さとう、あぶら こむぎこ ごはん こんにやく	ぎゅうにゅう、あじ、 ひじき、あぶらあげ、 とりにく、だいず	たまねぎ、にんじん、 いんげんまめ、 アメリカンチェリー	723	891
28	火	げんりょう コッペパン		れいめん あげシューマイ(幼小2、 中3)	ちゅうかめん さとう、あぶら げんりょう コッペパン	ぎゅうにゅう、ハム、 シューマイ	きゅうり、もやし、コーン、 しいたけ	636	754
29	水	ごはん		ちくわのカレーあげ(2) キャベツのすのもの けんちんじる	こむぎこ、あぶら さとう、さといも ごはん ごま、こんにやく	ぎゅうにゅう、ちくわ ちりめん、あつあげ	キャベツ、だいこん、ごぼう、 にんじん、ねぎ	629	773
30	木	コッペパン		さけのムニエル だいずとコーンのサラダ コンソメスープ	こむぎこ バター、あぶら コッペパン じゃがいも	ぎゅうにゅう、さけ、 だいず、ウインナー	コーン、きゅうり、たまねぎ セロリ、にんにく、パセリ	683	824

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。