

6月分予定献立表

2日(月)~16(月)

※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	主食およびおかず	あか なかま 赤の仲間		き なかま 黄の仲間		みどり なかま 緑の仲間		ちようみりよう 調味料その他	アレルギー表示		エネルギー たんぱく質		お知らせと 調味料の原材料表	
		ち にく 血や肉になる	なま ちから 熱や力の元になる	からだ ちようし 体の調子を整える	義務8品目	推奨20品目	小		中					
2	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ						-	-	621	793	《お知らせ》 6月4日~6月10日 は、歯の衛生週間 です。よく噛むこ とで丈夫な歯に育 つと言われていま す。	
月	ちゆうかどん 中華丼の具	ぶたにく いか かまぼこ	【かまぼこ】たらすり身 砂糖 塩発酵調味料 でんぶん 着 色料《アレルギー:なし》	こめあぶら でんぶん	たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ ちんげんさい もやし	しょうが ガラスープ 中華スープの素 淡口しょうゆ みりん オイスターソース 料理酒 塩	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン いか ごま	25	30	24	29		今月はタコやごぼ う、こんにやくな どよく噛める食材 を出しています。 給食はよく噛んで 食べましょう。
	ぎょうざ (小2個・中3個)	ぶたにく とりにく	こむぎこ ラード さとう	にら キャベツ たまねぎ	しょうが しょうゆ 香辛料	小麦	大豆 豚肉 鶏肉							
3	ミルクパン	だっしぶんにゆう ぎゆうにゆう		こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	-	605	755	【タコメンチカツ】 タラ たこ あおさのり	【鶏肉と白菜のスープ】 とりにく ほうさい 【フルーツカクテル】 【カクテルゼリー】砂糖 りんご果汁 豆 乳 寒天 クチナシ色素 紅麴色素 デ キストリン《アレルギー:りんご もも 大豆》		
火	タコメンチカツ			でんぶん さとう	キャベツ べにしょうが	塩	小麦	大豆	24	29				
	鶏肉と白菜のスープ	とりにく			たまねぎ にんじん ほうさい パセリ	洋風スープの素 淡口しょうゆ 料理酒 塩 こしょう	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン						
	フルーツカクテル			カクテルゼリー	みかん もも パイナップル ナタデココ		-	大豆 もも りんご						
4	ごはん		こめ				-	-	616	769	【みそ煮】 とりにく あつあげ むぎみそ	【かみかみごぼうサラダ】 まぐろみずに 【まぐろみずに】きはだまぐ ろ 野菜エキス 塩《アレル ギー:なし》		
水	みそ煮			じゃがいも さんおんとう	だいこん にんじん たけのこ こんにやく あおまめ	しょうが 濃口しょうゆ 料理酒 みりん	小麦	大豆 鶏肉	23	27				
	かみかみごぼうサラダ			卵不使用マヨネーズ	ごぼう にんじん きゅうり	淡口しょうゆ	小麦	大豆						
5	げんりよう 減量黒糖パン	だっしぶんにゆう		こむぎこ さとう くるざとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	-	612	706	【赤ワイン・白ワイン】 ぶどう果汁 砂糖 塩 アル コール《アレルギー:なし》			
木	ごもく 五目ビーフン	ぶたにく かまぼこ	【かまぼこ】たらすり身 砂糖 塩発酵調味料 でんぶん 着 色料《アレルギー:なし》	ビーフン こめあぶら	もやし キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	しょうが 料理酒 淡口しょうゆ 中華スープの素 ウスターソース こしょう 塩	小麦	大豆 豚肉 鶏肉 ゼラチン ごま	24	27				
	コーンサラダ	ハム	【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩 《アレルギー:豚肉》		きゅうり にんじん ブロッコリー コーン	たまねぎドレッシング	小麦	大豆 豚肉						
6	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ				-	-	632	768	【チキンとチーズのサラダ】 とりにく さつまあげ チーズ	【オイスターソース】 ホタテ カキ ホッケ スケウ ダラ 砂糖 こんぶエキス 水 あめ 塩《アレルギー:なし》		
金	ハヤシライス	ぶたにく しろいんげんまめペースト			たまねぎ にんじん マッシュルーム	ガラスープ ケチャップ デミグラスソース 赤ワイン ハイシルウ	小麦	大豆 豚肉 鶏肉	26.0	30.5				
	チキンとチーズのサラダ			【とりにく】鶏肉 塩 野菜エキス でん粉《アレルギー:鶏肉》	きゅうり コーン ブロッコリー	具だくさんたまねぎドレッシング	小麦 乳	大豆 鶏肉 豚肉						
9	ごはん		こめ				-	-	580	724	【とっぺい汁】 とりにく あぶらあげ どうふ	【たまねぎドレッシング】 酢 しょうゆ 植物油 玉ね ぎ 砂糖 しいたけ かつおだ し にんにく 《アレルギー:小麦 大豆 豚 肉》		
月	ぶたにく 豚肉のチャンチャン焼き	ぶたにく むぎみそ		こめあぶら さんおんとう ごま	たまねぎ にんじん もやし キャベツ	濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 豚肉 ごま	26.3	31.2				
	のっぺい汁			じゃがいも でんぶん	にんじん ごぼう だいこん ねぎ	かつおだし 淡口しょうゆ 料理酒 塩	小麦	大豆 鶏肉						
10	チーズパン	だっしぶんにゆう こなチーズ		こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	-	647	802	【ハヤシルウ】 小麦粉 ラード バーム油 塩 砂糖 トマトペースト たまねぎ 脱脂大豆 にんにく 香辛料 《アレルギー:小麦 大豆 豚 肉》			
火	クリームシチュー	とりにく しろいんげんまめペースト ぎゆうにゆう		じゃがいも	たまねぎ にんじん ブロッコリー	ガラスープ シチューミクス クリームポタージュ	小麦 乳	大豆 豚肉 豚肉	27.0	32.0				
	もやしとツナの ごまドレッシング和え	まぐろみずに	【まぐろみずに】きはだまぐ ろ 野菜エキ ス 塩《アレルギー:なし》		もやし にんじん きゅうり	香りごまドレッシング	-	ごま						
11	ごはん		こめ				-	-	606	759	【タラの南蛮漬】 タラ	【具だくさんたまねぎドレシ ング】 なたね油 大豆油 《アレル ギー:小麦 大豆 豚肉》		
水	豚肉のチャンチャン焼き	ぶたにく むぎみそ		こめあぶら さんおんとう ごま	たまねぎ にんじん もやし キャベツ	濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 豚肉 ごま	26.3	31.2				
	のっぺい汁	とりにく あぶらあげ どうふ		じゃがいも でんぶん	にんじん ごぼう だいこん ねぎ	かつおだし 淡口しょうゆ 料理酒 塩	小麦	大豆 鶏肉						
12	げんりよう 減量コッペパン	だっしぶんにゆう		こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	-	622	720	【ハヤシルウ】 小麦粉 ラード バーム油 塩 砂糖 トマトペースト たまねぎ 脱脂大豆 にんにく 香辛料 《アレルギー:小麦 大豆 豚 肉》			
木	カレーうどん	ぶたにく あぶらあげ		うどん こめあぶら	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	煮干しだし とろけるカレールー 淡口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉	26.4	30.3				
	アーモンドサラダ	ハム	【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩 《アレルギー:豚肉》	アーモンド こめあぶら さんおんとう	キャベツ きゅうり にんじん	淡口しょうゆ 米酢	小麦	大豆 豚肉 アーモンド						
13	ごはん		こめ				-	-	607	748	【とっぺい汁】 とりにく あぶらあげ どうふ	【シチューミクス】 小麦粉 植物油 砂糖 でん ぶん デキストリン 塩 粉乳 玉ねぎ チーズ チキンピヨ ン 酵母エキス ポークエキ ス しょうゆ 香辛料 バター 《アレルギー:小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉》		
金	豚肉とごぼうのうま煮	ぶたにく さつまあげ	【さつまあげ】魚肉 でんぶん 大豆 たん白 玉ねぎ 砂糖 大豆油 塩 《アレルギー:大豆》	さんおんとう	ごぼう にんじん だいこん こんにやく あおまめ	淡口しょうゆ 濃口しょうゆ 料理酒 みりん	小麦	大豆 豚肉	28.0	32.7				
	にら玉スープ	とりにく どうふ たまご		でんぶん	えのきたけ にんじん たまねぎ にら	ガラスープ 野菜ブイヨン 淡口しょうゆ 塩 料理酒	小麦 卵	大豆 鶏肉						
	元気ヨーグルト			さとう	かんてん	ゼラチン 香料	乳	ゼラチン						
16	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ				-	-	626	760	【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 で ん粉 塩 カレー粉 さつまい も 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー:小麦》			
月	親子どんぶりの具	とりにく かまぼこ たまご	【かまぼこ】たらすり身 砂糖 塩発酵調味料 でんぶん 着 色料《アレルギー:なし》	さとう	たまねぎ にんじん しいたけ みつば	煮干しだし みりん 料理酒 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ	小麦 卵	大豆 鶏肉	26.5	30.1				
	はるさめ 春雨の酢の物	ハム ごま こめあぶら こめあぶら	【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩 《アレルギー:豚肉》	はるさめ さんおんとう	もやし きゅうり にんじん	淡口しょうゆ 濃口しょうゆ 米酢	小麦	大豆 豚肉 ごま						

6月分予定献立表

17日(火)~30日(月)

令和7年度 山田学校給食センター

※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	主食およびおかず	あか なかま 赤の仲間		き なかま 黄の仲間		みどり なかま 緑の仲間		ちようみりよう 調味料その他	アレルギー表示		エネルギー		お知らせと 調味料の原材料表
		ち にく 血や肉になる		ねつ ちから もと 熱や力の元になる		からだ ちようし ととの 体の調子を整える			義務 8品目	推奨 20品目	小	中	
17 火	マヨネーズパン	だっしふんにゅう		こむぎこ ショートニング 卵不使用マヨネーズ さとう				塩 イースト	小麦乳	大豆	643	798	《お知らせ》 *給食のパンは、 一口分ずつちぎって 食べましょう。
	チリコンカン	ワインナー ぶたひきにく だいずみずに		じゃがいも さんおんとう		たまねぎ にんじん トマト		にんにく ガラスープ トマトソース ケチャップ ウスターソース チリパウダー 洋風スープの素 塩	小麦	大豆 豚肉 鶏肉 セラチン	29.0	34.8	
	レモン和え	まくろみずに		【まくろみずに】きはだまくろ 野菜エキス 塩《アレルギー:なし》		さんおんとう		きゅうり ほうれんそう にんじん コーン	小麦	大豆			
18 水	ごはん	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう くらざとう ショートニング				塩 イースト	小麦乳	-	636	785	【パンクキンポタージュ】 パンクキンパウダー 小麦粉 砂糖 粉乳 油 塩 砂糖 たまねぎ 酵母エキス チキ ンパウダー ミルポワ ガー リック 白砂糖エキス トマト エキス《アレルギー:小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉》
	鶏のから揚げ(2個)	とりにく		こむぎこ でんぷん こめあぶら				淡口しょうゆ 濃口しょうゆ 料理酒 にんにく しょうが	小麦	大豆 鶏肉	34.7	43.0	
	きゅうりの即席漬け			さんおんとう		きゅうり にんじん		米酢 淡口しょうゆ	小麦	大豆			
	キムチ汁	ぶたにく とうふ むぎみそ		【キムチ】はくさい 液糖 醸造酢 塩 唐辛子 にんにく《アレルギー:なし》		にんじん だいこん しめじ にはら キムチ		煮干しだし	-	大豆 豚肉			
19 木	黒糖パン	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう くらざとう ショートニング				塩 イースト	小麦乳	-	636	785	【パンクキンポタージュ】 パンクキンパウダー 小麦粉 砂糖 粉乳 油 塩 砂糖 たまねぎ 酵母エキス チキ ンパウダー ミルポワ ガー リック 白砂糖エキス トマト エキス《アレルギー:小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉》
	パンクキンシチュー	とりにく きゅうりにゅう しるいげんまめペースト				かぼちゃ かぼちゃペースト たまねぎ にんじん パセリ		白ワイン パンクキンポタージュ クリームポタージュ	小麦乳	大豆 鶏肉 豚肉	25.3	30.4	
	ひよこ豆入りサラダ	ハム ひよこめ		【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩 《アレルギー:豚肉》		キャベツ きゅうり にんじん コーン		たまねぎドレッシング	小麦	大豆 豚肉			
20 金	ごはん	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう くらざとう ショートニング				塩 イースト	小麦乳	-	587	739	【麻婆ソース】 醤油 砂糖 にんにく しょう が 塩 味噌 ラーゼン チ キンエキス でん粉 ポーク エキス セラチン 《アレルギー:小麦 大豆 鶏 肉 豚肉 セラチン》
	いわしかぼすレモン煮	いわけい		さとう でんぷん				かぼす果汁 レモン果汁 みりん 塩 しょうゆ	小麦	大豆	26.1	31.3	
	豚肉ときざみ昆布の炒め物	ぶたにく きざみこんぶ さつまあげ		【さつまあげ】魚肉 でんぷん 大豆 たん白 玉ねぎ 砂糖 大豆油 塩 《アレルギー:大豆》		さんおんとう こめあぶら		にんじん あおまめ	小麦	大豆 豚肉			
23 月	ごはん	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう くらざとう ショートニング				塩 イースト	小麦乳	-	616	768	【バーモントカレー】 小麦 豚脂 砂糖 塩 カ レー粉 でん粉 玉ねぎ トマ ト 脱脂粉乳 チーズ パナ ナペースト 醤油 はちみつ りんご ココア 《アレルギー:小麦 乳 大 豆 バナナ 鶏肉 豚肉 りん ご》
	厚揚げと茄子の麻婆煮	ぶたひきにく あつあげ あかみそ		さんおんとう でんぷん		なす たまねぎ にんじん だけのこ しいたけ にはら		にんにく しょうが 料理酒 麻婆ソース 濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 セラチン	24.3	28.8	
	鶏団子と春雨のスープ	とりにく だんご はるさめ		【とりにくだんご】鶏肉 ラード たまねぎ にはら でんぷん パン粉 砂糖 ごま油 大豆油 しょうゆ 塩 オイスターソース にんにく 香 辛料《アレルギー:小麦 鶏肉 豚肉 大豆 ごま》		たまねぎ ちんげんさい にんじん		ガラスープ 中華スープの素 塩 淡口しょうゆ 料理酒	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 セラチン ごま			
24 火	コッパン	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう ショートニング				塩 イースト	小麦乳	-	664	837	【青じそドレッシング】 ぶどう糖果糖液糖 しょうゆ 酢 かつおだし 塩 こんぶだ し はくさいエキス オニオン エキス 塩蔵青じそ《アレル ギー:小麦 大豆》
	ベーコンと野菜の卵とじ	ベーコン たまご		【ベーコン】豚ばら肉 砂糖 塩《アレル ギー:豚肉》		こめあぶら たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー		塩 こしょう 洋風スープの素 淡口しょうゆ	小麦卵	大豆 豚肉 セラチン	27.4	33.1	
	ラビオリスープ	とりにく		ラビオリ		たまねぎ にんじん こまつな パセリ		ガラスープ 洋風スープの素 淡口しょうゆ 塩 こしょう	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 セラチン			
25 水	マーシャルビーンズ	だいずパウダー だっしふんにゅう		さとう たいすあぶら やしあぶら コーンあぶら				ココアパウダー 塩	乳	大豆			【青じそドレッシング】 ぶどう糖果糖液糖 しょうゆ 酢 かつおだし 塩 こんぶだ し はくさいエキス オニオン エキス 塩蔵青じそ《アレル ギー:小麦 大豆》
	麦ごはん	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう ショートニング				塩 イースト	小麦乳	-	628	763	
	ポークカレー	ぶたにく しるいげんまめペースト		じゃがいも こめあぶら はちみつ		たまねぎ にんじん すりおろしりんご		ガラスープ バーモントカレー とろけるカレー	小麦乳	大豆 鶏肉 豚肉 りんご バナナ	22.2	25.8	
26 木	海藻サラダ	わかめ くきわかめ とさかのり こんぶ ハム		【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩 《アレルギー:豚肉》		キャベツ きゅうり にんじん		青じそドレッシング	小麦	大豆 豚肉			【和風だしの素】 砂糖 塩 かつおエキス こん ぶエキス《アレルギー:なし》
	米粉パン	だっしふんにゅう		こむぎこ ミックス ショートニング さとう				塩 イースト	小麦乳	-	605	748	
	ベーコンときのこの和風スパゲティ	ベーコン		【ベーコン】豚ばら肉 砂糖 塩《アレル ギー:豚肉》		ハーブスパゲティ こめあぶら		たまねぎ しめじ えのきたけ エリンギ	小麦	大豆 豚肉	25.7	31.3	
27 金	野菜たっぷりミネストローネ	とりにく		さんおんとう		たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー トマト		トマトソース ケチャップ 洋風スープの素 ガラスープ 塩	-	大豆 鶏肉 豚肉 セラチン			【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母 エキス《アレルギー:なし》
	わかめごはん	だっしふんにゅう		こむぎこ ミックス ショートニング さとう				塩 イースト	小麦乳	-	605	748	
	軟骨煮	ぶたにく ぶたなんこつに あつあげ あかみそ		【ぶたなんこつ】豚軟骨 みそ 砂 糖 醤油 《アレルギー:小麦 大豆 豚肉》		じゃがいも くらざとう		にんじん だいこん こんにゃく	小麦	大豆 豚肉	23.6	27.9	
30 月	土佐酢和え	ほくしかまぼこ		【ほくしかまぼこ】たら ほき 塩 砂糖 でん粉 かつお えごま油《アレル ギー:なし》		さんおんとう こめあぶら		もやし にんじん ほうれんそう	小麦	大豆 ごま			【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母 エキス《アレルギー:なし》
	ごはん	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう くらざとう ショートニング				塩 イースト	小麦乳	-	576	721	
	豚肉のスタミナ炒め	ぶたにく		こめあぶら さんおんとう		たまねぎ キャベツ にんじん ねぎ		にんにく しょうが 料理酒 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 豚肉	27	32	
白身魚とごぼうの団子汁	しるみさかなとごぼうのだんご あぶらあげ とうふ むぎみそ		【しるみさかなとごぼうのだんご】たら いとより だい 砂糖 ごぼう 豆腐 でん粉 塩 砂糖 醤油《アレルギー:小麦 大豆》		にんじん たまねぎ だいこんば		しょうが 煮干しだし	小麦	大豆				

よく使用する調味料の原材料表示

むぎみそ 小麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー:大豆》	あかみそ 小麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー:大豆》	濃口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー:小麦 大豆》	淡口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー:小麦 大豆》	ケチャップ トマト 砂糖 酢 塩 玉ね ぎ 香辛料 《アレルギー:なし》	デミグラスソース 小麦粉 ラード 玉ねぎ チキ ンエキス にんじん 砂糖 で ん粉 塩 香辛料 《アレルギー:小麦 鶏肉》	トマトソース トマト 玉ねぎ 大豆油 砂糖 にんに く 植物油 塩 《アレルギー:大豆》
ウスターソース 砂糖 塩 玉ねぎ 酢 香辛 料 トマト カラメル色素 《アレルギー:なし》	野菜パイオン 塩 砂糖 たまねぎ にんに く 植物油 トマト 香辛料 《アレルギー:なし》	丸鶏がらスープ 塩 チキンエキス 鶏脂 玉 ねぎ にんじん キャベツ 香辛料 《アレルギー:鶏肉》	がらスープ チキンエキス 《アレルギー:鶏肉》	コンソメ 塩 砂糖 鶏肉 魚醤 香辛 料 トマト 玉ねぎ 人参 《アレルギー:鶏肉 豚肉》	洋風スープ 塩 砂糖 でんぷん 玉ねぎ にんにく トマトエキス にん じんエキス 豚肉 大豆《アレル ギー:大豆 豚肉 セラチ ン》	中華スープ 塩 砂糖 にんにく 玉ねぎ 魚醤 ご ま油 しょうが 豚脂 大豆油 トマト 鶏肉 カラメル色素 《アレルギー:小麦 大豆 鶏肉 豚肉 セラチン》