令和７年度

６月　学校給食予定献立表

千里ヶ丘小学校

日(曜)	牛乳	主食 パン ごはん	献立名	食品名 エネルギーになる食品（き） たんすいかぶつが多い	しぼうが多い	体を作る食品（あか） たんぱくしつが多い	むきしつが多い	体の調子を整える食品（みどり） カロテンが多い	その他のビタミンが多い
2(月)	MILK	麦飯	豚肉の生姜焼き　たたきごぼう 豆腐のみそ汁	こめ　おおむぎ さとう	ごま	ぶたにく　とうふ あわせみそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	しょうが ごぼう たまねぎ
3(火)	MILK	減量麦飯	カレーうどん 小松菜サラダ	こめ　おおむぎ うどん でんぷん さとう	しょくぶつゆ	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ キャベツ
4(水)	MILK	麦飯	サーモンコロッケ キャベツとコーンのスープ	こめ　おおむぎ じゃがいも　パンこ こむぎこ	しょくぶつゆ	さけフレーク	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ コーン キャベツ
5(木)	MILK	黒糖パン	あじのムニエル　ジャーマンポテト ドレッシングサラダ	こくとうパン こむぎこ　さとう じゃがいも	しょくぶつゆ	あじ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり
6(金)	MILK	麦飯	さわらの竜田揚げ　五目きんぴら チンゲン菜ともやしのあえもの	こめ　おおむぎ でんぷん さとう	しょくぶつゆ ごま ごまあぶら	さわら ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	しょうが ごぼう いとこんにゃく もやし
9(月)	MILK	麦飯	アスパラガスと厚揚げのみそいため わかめの酢の物	こめ　おおむぎ さとう	しょくぶつゆ	ぶたにく　あつあげ あかみそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん アスパラガス	しょうが たまねぎ こんにゃく きゅうり
10(火)	MILK	麦飯	かつおのアングレーズ 野菜スープ	こめ　おおむぎ でんぷん さとう パンこ　じゃがいも	しょくぶつゆ	かつお ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ
11(水)	MILK	麦飯	マーボー豆腐 中華こんにゃくサラダ	こめ　おおむぎ さとう　でんぷん	しょくぶつゆ ごまあぶら ごま	ぶたにく とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ サラダこんにゃく
12(木)	MILK	米粉入りパン	さけのハーブグリル ミネストローネ	こめこいりパン パンこ　じゃがいも	しょくぶつゆ	さけ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん トマトに　パセリ	セロリー にんにく たまねぎ キャベツ バジル
13(金)	MILK	麦飯	ちくわのかば焼き風 白みそ汁　香味漬	こめ　おおむぎ でんぷん さとう	しょくぶつゆ	ちくわ とうふ しろみそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ しょうが
16(月)	MILK	(麦飯)	変わりビビンバ丼 トックスープ	こめ　おおむぎ さとう　トック	しょくぶつゆ ごま ごまあぶら	ぶたにく あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな　ねぎ	しょうが にんにく もやし しめじ たまねぎ
17(火)	MILK	麦飯	いかのねぎ塩焼き　五目煮もの きゅうりの浅漬	こめ　おおむぎ さとう	ごまあぶら しょくぶつゆ	いか とりにく ちくわ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	しょうが にんにく たけのこ きゅうり こんにゃく ごぼう
18(水)	MILK	麦飯	冷奴　じゃがいものそぼろ煮 ひじきふりかけ	こめ　おおむぎ じゃがいも さとう	しょくぶつゆ ごまあぶら ごま	とうふ とりにく	ぎゅうにゅう ひじき	ねぎ にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ
19(木)	MILK	減量ロールパン	ジャージャー麺 伊勢茶ビーンズ	ロールパン　さとう ちゅうかめん でんぷん グラニューとう	しょくぶつゆ ごまあぶら	ぶたにく あかみそ　だいず	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな りょくちゃ	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ
20(金)	MILK	麦飯	さばの塩焼き　切り干し大根の煮物 小松菜の梅おかか和え	こめ　おおむぎ さとう		さば　あぶらあげ かつおぶしけずり	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	きりぼしだいこん ほししいたけ キャベツ いとこんにゃく うめびしお
23(月)	MILK	麦飯	大豆入りドライカレー コーンサラダ	こめ　おおむぎ こめこ さとう	しょくぶつゆ	とりにく　ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく しょうが セロリー コーン たまねぎ キャベツ
24(火)	MILK	麦飯	きびなごの南蛮漬　みそ汁 キャベツともやしのしそあえ	こめ　おおむぎ でんぷん さとう	しょくぶつゆ	あつあげ あわせみそ	ぎゅうにゅう きびなご	ねぎ にんじん こまつな しそこ	しょうが たまねぎ キャベツ もやし
25(水)	MILK	(麦飯)	豚キムチ丼　わかめスープ ヨーグルト	こめ　おおむぎ さとう	しょくぶつゆ ごまあぶら ごま	ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ　ヨーグルト	にんじん にら ねぎ	しょうが にんにく キムチ たまねぎ しめじ ほししいたけ いとこんにゃく
26(木)	MILK	ロールパン	セルフフランクドッグ コーン豆乳チャウダー	ロールパン さとう じゃがいも こめこ	しょくぶつゆ	フランクフルト とりにく とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ セロリー たまねぎ しめじ コーン クリームコーン
27(金)	MILK	麦飯	さわらの照り焼き 豚肉と野菜の炒めもの　すまし汁	こめ おおむぎ さとう	しょくぶつゆ	さわら　ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ キャベツ ほししいたけ
30(月)	MILK	麦飯	ユーリンチー　春雨スープ ナムル	こめ　おおむぎ でんぷん さとう はるさめ	しょくぶつゆ ごまあぶら ごま	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん こまつな	にんにく しょうが たまねぎ もやし

◆この献立は予定献立であり、食材の流通の事情等により、変更することがあります。

食事の前には必ず石けんで手を洗い、手の甲、指の間、指先までしっかり洗いましょう。
給食当番の人はとくにていねいに手を洗い、清潔な白衣、ぼうし、マスクをつけましょう。