

日 曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	血や肉になる食品	熱や力になる食品	体の調子を整える食品	ひとこと
1 月	つくね丼	いなか汁 かいそうサラダ	○	とりにく のり あぶらあげ みそ 牛乳 かいそう	米 麦 油 かたくり粉 パン粉 じゃが芋	しょうが 玉ねぎ ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ きゃべつ きゅうり コーン	<p><今月の給食目標></p> <p>健康な体をつくらう</p> <p>～低学年～ よくかんで たべよう</p> <p>～中学年～ よくかんで 何でも食べよう</p> <p>～高学年～ よくかんで 残さず食べよう</p>
2 火	スパゲッティ チキントマトソース	ポテトフレンチサラダ くだもの	○	とりにく ベーコン 牛乳	スパゲッティ 米粉 油 じゃが芋	しょうが にんにく 玉ねぎ マッシュルーム トマト えだ豆 くだもの にんじん きゅうり コーン ピーマン	
8 月	カレーピラフ コーンチャウダー	チーズ入りサラダ	○	ぶたにく ベーコン とりにく てぼう豆 豆乳 牛乳 生クリーム チーズ	米 麦 油 じゃが芋 米粉 マカロニ	しょうが にんにく 切り ピーマン 玉ねぎ にんじん コーン 白菜 マッシュルーム きゃべつ きゅうり	
9 火	ごはん 魚のごまみそ焼き 1・2年生 遠足	北海道の料理 いしかり汁 ナムル	○	サゴシ サケ みそ あぶらあげ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 ごま	しょうが にんにく 長ねぎ 玉ねぎ にんじん もやし だいこん こまつな	
10 水	ツナマヨトースト	ABCスープ くだもの	○	ツナ チーズ ひよこ豆 ぶたにく ベーコン 牛乳	しょくパン マカロニ 油 じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ にんじん パセリ コーン セロリ トマト マッシュルーム きゃべつ くだもの	
11 木	季節の味 グリーンピースごはん とりにくの照り焼き	ビーフンスープ だいこんサラダ	○	とりにく ベーコン とうふ わかめ 牛乳	米 麦 油 ビーフン	しょうが グリンピース 玉ねぎ にんじん ちんげんさい だいこん きゅうり コーン	
12 金	かじょうどうふどん 家常豆腐丼 中国の料理	はるさめサラダ	○	ぶたにく あつあげ こんぶ 牛乳	米 麦 油 はるさめ かたくり粉	しょうが にんじん しいたけ たけのこ なら もやし きゅうり きゃべつ 長ねぎ	
15 月	クリームライス	パリパリサラダ	○	とりにく ベーコン てぼう豆 豆乳 牛乳 生クリーム	米 麦 油 ワンタンの皮 米粉	玉ねぎ にんじん マッシュルーム パセリ きゃべつ きゅうり コーン	
16 火	ごはん サバの西京焼き	ちくぜん煮 煮びたし	○	サバ とりにく あぶらあげ みそ 牛乳	米 油 さとう	しょうが にんじん ごぼう だいこん たけのこ しいたけ さやいんげん はくさい こまつな	
17 水	マーボーあんかけそば	もやしのサラダ くだもの	○	ぶたにく ベーコン とうふ みそ 牛乳	ちゅうかめん 油 かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ しいたけ 長ねぎ なら もやし きゅうり くだもの	
18 木	サケごはん 厚揚げのみそでんがく	じゃが芋と鶏肉の煮物 しおこぶあえ	○	サケ とりにく あつあげ こんぶ みそ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 さとう	しょうが にんじん 玉ねぎ さやいんげん きゅうり きゃべつ	
19 金	ホイコーロー丼 中国の料理	とうふときのこのスープ ぶどうゼリー	○	ぶたにく とりにく とうふ みそ 牛乳	米 麦 油 さとう かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ ピーマン えのき 長ねぎ ぶどうジュース	
22 月	ビスキュイパン ポトフ	ペンネソテー	○	ぶたにく 牛乳	まるパン マカロニ バター こむぎこ さとう じゃが芋 油	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ きゃべつ パセリ マッシュルーム ピーマン	
23 火	きりぼしごはん 五目とうふ	じゃこ大豆あげ	○	とりにく とうふ あぶらあげ 大豆 ちくわ 牛乳 ちりめんじゃこ	米 麦 もち米 油 かたくり粉 ごま さとう	しょうが きりぼしだいこん にんじん さやいんげん 玉ねぎ しいたけ たけのこ ちんげんさい	
24 水	ポークカレーライス	ビーンズサラダ くだもの	○	ぶたにく 大豆 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 米粉	しょうが にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん きゃべつ えだまめ コーン くだもの	
25 木	ごまわかめごはん サケの香味焼き	まめとん汁 いそあえ	○	ぶたにく のり わかめ 大豆 あぶらあげ みそ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 ごま	しょうが にんにく にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ きゃべつ こまつな	
26 金	ジャージャーめん	とうにゅうきなこもち	○	ぶたにく みそ 豆乳 きなこ 牛乳	ちゅうかめん 油 さとう かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ たけのこ なら もやし きゅうり	
29 月	とりごぼうごはん コーンコロッケ	さわに汁 ひとしおやさい	○	とりにく てぼう豆 牛乳	米 麦 もち米 油 じゃが芋 パン粉 こむぎこ	しょうが ごぼう にんじん きゅうり さやいんげん えのき だいこん たけのこ 長ねぎ コーン きゃべつ	
30 火	ごはん カツオのチリソース 季節の味	はるさめスープ 中華風やさい	○	カツオ とりにく ベーコン とうふ 牛乳	米 麦 油 はるさめ かたくり粉	しょうが にんにく 玉ねぎ 長ねぎ にんじん ちんげんさい きゅうり はくさい だいこん	
31 水	きなこあげパン チキンマカロニスープ	ベーコンポテトソテー	○	とりにく ベーコン きなこ ひよこ豆 牛乳	コッパパン 油 さとう じゃが芋 マカロニ	にんにく にんじん 玉ねぎ コーン きゃべつ パセリ	
6/1 (水)	すきやき丼	じゃが芋のみそ汁 くだもの	○	ぶたにく わかめ みそ とうふ あぶらあげ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 さとう	しょうが たまねぎ ごぼう にんじん 長ねぎ しいたけ しめじ くだもの	◇果物は、季節のものを 使用します。
							◇材料の都合で献立を 変更することがあり ます。
							◇今月の平均栄養価 エネルギー 610kcal たんぱく質 23.9g カルシウム 330mg 食塩相当量 2.2g
							◇給食の回数 20回
							6月の献立表は 5月1日に配布します。

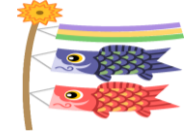
<今月の給食目標>

健康な体をつくらう

～低学年～
よくかんで
たべよう

～中学年～
よくかんで
何でも食べよう

～高学年～
よくかんで
残さず食べよう



11日のグリーンピースは、1年生がさやむきをします。



22日の「ビスキュイパン」は、小麦粉・さとう・バターなどを混ぜたビスキュイ生地をパンにのせてやいた、メロンパンのような味です。



◇果物は、季節のものを
使用します。

◇材料の都合で献立を
変更することがあり
ます。

◇今月の平均栄養価
エネルギー 610kcal
たんぱく質 23.9g
カルシウム 330mg
食塩相当量 2.2g

◇給食の回数 20回

6月の献立表は
5月1日に配布します。