



# 6月給食献立表



平成29年 給食回数 全21回

弥富中学校

曜日	献立名	主に体の組織をつくるもの(赤色)	主にからだの調子を整えるもの(緑色)	主にエネルギーになるもの(黄色)	備考
1 木	ごはん 牛乳 ハバークの玉ねぎソースかけ 沢煮梅 ゆかり和え	牛乳 ハンバーグ 豚肉	玉ねぎ しょうが にんにく ごぼう 大根 にんじん 干ししいたけ ねぎ キャベツ ゆかり粉	ごはん 上白糖 つきこんやく	3年学年休業日 給食なし
2 金	わかめごはん 牛乳 ミートコロッケ(2個) しんじょ汁 小松菜とハムのごま和え	牛乳 豆腐 じゃこボール チキンハム	にんじん ねぎ 干ししいたけ 緑豆もやし 小松菜	わかめごはん ミートコロッケ 大豆油 いりごま	
6 火	中華めん 牛乳 ちゃんぽんめん 焼きぎょうざ(2個) チンゲンサイサラダ 黒糖ピーンズ	牛乳 鶏肉 むきえび なると ぎょうざ まくろ油漬 黒糖ピーンズ	キャベツ 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが チンゲンサイ ホールコーン	中華めん かき油 三温糖 サラダ油	<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; text-align: center;"> <p>歯と口の健康週間</p>  </div>
7 水	アルファ化米 牛乳 鶏肉とごぼうの炊き込みご飯 たこ大豆の磯和え 厚揚げと小松菜の味噌汁	牛乳 鶏肉 油揚げ 大豆 たこの唐揚げ 青のり粉 生揚げ 合わせみそ	ごぼう にんじん 大根 玉ねぎ 白菜 えのきたけ 小松菜	アルファ化米 サラダ油 三温糖 大豆油	
8 木	ごはん 牛乳 オムレツのきのこソース ラタトゥイユ マンナンサラダ	牛乳 オムレツ ウインナー	ぶなしめじ マツタケ なす しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん トマト ピーマン チンゲンサイ ホールコーン	米粉パン 三温糖 じゃがいも オリーブ油 こんにやく 伊豆アト レッツ	
9 金	ごはん 牛乳 鮭の香味焼き きんぴらごぼう じゃがいも団子のみそ汁 型抜きチーズ	牛乳 鮭 豚肉 白みそ 型抜きチーズ	しょうが ねぎ ごぼう さやいんげん にんじん えのきたけ 根みつば 白菜キムチ	ごはん 中ざら糖 サラダ油 じゃがいも団子	
12 月	ごはん 牛乳 牛肉とイカの味噌がらめ 新香和え かきたま汁	牛乳 牛肉 いか 豆みそ 卵 かまぼこ 豆腐	しょうが さやいんげん キャベツ たくあん漬 玉ねぎ にんじん ねぎ	ごはん でん粉 大豆油 つきこんやく カレー粉 三温糖 いりごま	
13 火	ごはん 牛乳 ししゃもフライ(2尾) マカロニサラダ 豚汁	牛乳 ししゃもフライ 豚肉 豆腐 豆みそ	キャベツ ホールコーン 大根 ごぼう にんじん ねぎ	ごはん 大豆油 マカロニ マヨネーズ つきこんやく	
14 水	ごはん 牛乳 麻婆厚揚げ 枝豆しゅうまい(2個) 中華サラダ 白桃ゼリー	牛乳 豚ひき肉 生揚げ 豆みそ 枝豆しゅうまい	なす にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ 大根 小松菜	ごはん 上白糖 ごま油 でん粉 三温糖 サラダ油 白桃ゼリー	
15 木	ミルクロール パン 牛乳 揚げパン(きな粉) ポークピーンズ 野菜サラダ	牛乳 きな粉 豚肉 大豆	にんじん 玉ねぎ マツタケ トマト 大豆もやし きゅうり チンゲンサイ	ミルクロールパン 大豆油 グラニュー糖 サラダ油 米粉ハチイ入り 三温糖	
16 金	ごはん 牛乳 チーズ入りカレーライス ポロニアミニステーキ 福神和え 弥富のとうもろこし	牛乳 チーズ 豚肉 ポロニアステーキ	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ 福神漬 とうもろこし	ごはん じゃがいも サラダ油 カレールウ	
19 月	アルファ化米 牛乳 たこ飯 鶏肉のレモン風味焼き 弥富野菜の味噌汁 ほうれん草のお浸し	牛乳 たこ 竹輪 油揚げ 鶏肉 青のり粉 豚肉 豆腐 豆みそ	にんじん レモン 果汁 トマト 玉ねぎ なす ほうれん草 緑豆もやし	アルファ化米 こんにやく サラダ油 三温糖 上白糖	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> <p>愛知を食べる 学校給食の日</p> <p>弥富市統一献立</p> </div>
20 火	ごはん 牛乳 揚げじゃがいものそぼろ煮 いわしの梅煮 すまし汁	牛乳 鶏ひき肉 はんぺん いわしの梅煮 豆腐 かまぼこ	にんじん 玉ねぎ むき枝豆 えのきたけ ねぎ	ごはん じゃがいも 大豆油 三温糖	
21 水	ごはん 牛乳 豚肉のカレー風味炒め 大根じゃこサラダ もずく汁	牛乳 豚肉 しらす干し 豆腐 かまぼこ もずく	玉ねぎ にんじん しょうが 大根 きゅうり 干ししいたけ 根みつば	ごはん カレー粉 サラダ油 上白糖	
22 木	小型ロール パン 牛乳 ミートボールポトフ なすとトマトのスパゲティ 冷凍みかん	牛乳 ミートボール ウインナー 豚ひき肉	キャベツ 緑豆もやし ホールコーン 玉ねぎ トマト なす にんじん ピーマン 冷凍みかん	小型ロールパン じゃがいも スパゲティ サラダ油	
23 金	ごはん 牛乳 さんまのかば焼き キャベツの塩昆布和え けんちん汁	牛乳 さんま 塩昆布 豆腐 油揚げ	レモン果汁 キャベツ 緑豆もやし 大根 ごぼう にんじん ねぎ 干ししいたけ	ごはん 大豆油 上白糖	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>今日の 弥富産の野菜</p> </div>
26 月	アルファ化米 牛乳 ひじきご飯 さつまいもコロッケ 玉葱汁 小松菜のお浸し	牛乳 竹輪 米ひじき 油揚げ 豆腐	にんじん むき枝豆 大根 根みつば 干ししいたけ 小松菜 緑豆もやし	アルファ化米 こんにやく サラダ油 三温糖 さつまいもコロッケ 大豆油 玉葱汁 上白糖	
27 火	ソフトめん 牛乳 肉味噌かけめん 竹輪の磯部揚げ(2個) 梅和え わらび餅(最低3個)	牛乳 鶏ひき肉 はんぺん 豆みそ 竹輪 豆乳 青のり粉	しょうが 玉ねぎ だけのこ にんじん ねぎ キャベツ 大根 乾燥梅干し	ソフトめん 三温糖 でん粉 小麦粉 大豆油 わらびもち	みつば
28 水	ごはん 牛乳 とりつくね(2個) モロヘイヤのおかか和え かきたま汁	牛乳 とりつくね 油揚げ かつお節 卵 かまぼこ 豆腐	モロヘイヤ 緑豆もやし 玉ねぎ にんじん ねぎ	ごはん でん粉	
29 木	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ さんまのみぞれ煮 ピリ辛きゅうり	牛乳 卵 豚肉 高野豆腐 竹輪 さんまみぞれ煮	玉ねぎ にんじん さやいんげん ぶなしめじ きゅうり	ごはん サラダ油 三温糖 上白糖 ごま油	
30 金	ごはん 牛乳 切り干し大根のカレー炒め ミンチカツ あっさり豆乳スープ パースティデザート	牛乳 豚肉 ミンチカツ ベーコン 豆乳	切り干し大根 にんじん ホールコーン 玉ねぎ ブロッコリー	ごはん サラダ油 カレー粉 大豆油 ミニエクレア	小松菜

※献立は都合により変更する場合があります。