

6月給食献立表

平成30年 給食回数 全20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金	ごはん	サイコロステーキ丼 野菜スープ 手作りのグレーゼリー	牛乳 牛肉 豆みそ 卵 鶏肉	にんにく もやし ほうれん草 にんじん キャベツ 大根 パインアップル	白飯 三温糖 サラダ油 グレーゼリーの素 ナタデココ	 <p>弥富市統一健康週間</p>	
5火	ごはん	ひじきご飯 青しそ入りあじフライ 切り干し大根のごま和え 厚揚げと野菜のみそ汁	牛乳 豚肉 米ひじき 青しそ入りあじフライ かに風味かまぼこ 生揚げ ミックス味噌	ホルモン にんじん むき枝豆 切り干し大根 小松菜 きゅうり 大根 玉ねぎ 干しいたけ	白飯 こんにやく 中ざら糖 サラダ油 大豆油 上白糖 ごま油 ねりごま いりごま		
6水	ごはん	さばの白しょうゆ焼き おかか和え 五目きんぴら	牛乳 さばの白しょうゆ焼き かつお 鶏肉	小松菜 もやし ごぼう にんじん だけのこ さやいんげん	白飯 上白糖 こんにやく サラダ油 中ざら糖		
7木	愛知米	弥富野菜のスパゲティ マンナンサラダ ヨーグルト	牛乳 豚ひき肉 ヨーグルト	にんにく トマト なす マッシュルーム にんじん 玉ねぎ チンゲンサイ ホルモン	米粉パン スパゲティ オリーブ油 上白糖 こんにやく イリアド レッツァ		
8金	白玉うどん	肉ごぼううどん たこと大豆の磯和え ゆかり和え レモンゼリー	牛乳 豚肉 かまぼこ こんぶ たこの唐揚げ 大豆 青のり粉	にんじん 玉ねぎ ごぼう だけのこ ねぎ キャベツ きゅうり ゆかり粉	白玉うどん 三温糖 大豆油 レモンゼリー		
11月	ごはん	揚げじゃがいものきんぴら いわしの銀紙焼き (カレー味) すまし汁	牛乳 鶏ひき肉 はんぺん いわし銀紙巻き 豆腐 かまぼこ	にんじん さやいんげん えのきたけ ねぎ	白飯 じゃがいも 大豆油 サラダ油 こんにやく 三温糖		3年生修学旅行
12火	ごはん	照り焼きハンバーグ 沢煮梅 キャベツの梅和え いちごクレープ	牛乳 ハンバーグ 豚肉	ごぼう 大根 にんじん 干しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり 乾燥梅干し	白飯 三温糖 でん粉 こんにやく いちごクレープ		2年生職場体験 3年生修学旅行
13水	アルファ化米	五目ごはん コロッケ 小松菜のお浸し 玉麩汁	牛乳 鶏肉 油揚げ コロッケ 豆腐	にんじん ごぼう ぶなしめじ 冷凍 小松菜 もやし 大根 根みつば 干しいたけ	アルファ化米 サラダ油 三温糖 大豆油 上白糖 玉麩		2年生職場体験 3年生修学旅行
14木	サンドイッチ	塩こうじ焼きそば 一口カツ パインポンチ	牛乳 豚肉 竹輪 青のり粉 一口カツ	キャベツ にんじん 玉ねぎ ピーマン 紅しょうが パインアップル レモン果汁	サド イチゴパン 焼きそば 塩こうじ 大豆油 ナタデココ 蒲郡みかんゼリー 上白糖	2年生職場体験 3年生休業日	
15金	ごはん	麻婆厚揚げ しゅうまい(2個) 中華サラダ 白桃ゼリー	牛乳 鶏ひき肉 生揚げ 豆みそ しゅうまい	大根 なす にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ チンゲンサイ キャベツ ホルモン	白飯 サラダ油 三温糖 でん粉 白桃ゼリー		
18月	ごはん	鶏肉のレモン風味焼き 切り干し大根のカレー炒め 豆乳入り白みそ汁	牛乳 鶏肉 青のり粉 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ 白みそ 豆乳	レモン果汁 切り干し大根 にんじん ホルモン 小松菜 白菜	白飯 サラダ油 カレー粉		
19火	ごはん	三河赤鶏のチキンカツ まぐろのぶなみそ風 弥富育ちのとうもろこし 八杯汁	牛乳 三河赤鶏のチキンカツ まぐろ油漬 大豆 豆みそ 豆腐 油揚げ こんぶ	とうもろこし 大根 にんじん ねぎ えのきたけ	白飯 大豆油 上白糖 こんにやく 玉麩	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; color: red; text-align: center;"> 愛知を食べる 学校給食の日 弥富市統一献立 </div>	
20水	ごはん	カレーライス ハンバーグ 福神和え マスカットゼリー	牛乳 豚肉 ハンバーグ	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ 福神漬	白飯 じゃがいも サラダ油 こしょう カレールウ マスカットゼリー	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 今月の 弥富産の野菜 </div>	
21木	ミルクロールパン	揚げパン(シナモン味) チキンピーンズ コーンサラダ	牛乳 鶏肉 大豆	玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト チンゲンサイ きゅうり ホルモン	ミルクロールパン 大豆油 グラニュー糖 じゃがいも サラダ油 米粉ハヤシルウ 三温糖 サド レッツァ	 <p>みつば</p>	
22金	ごはん	回鍋肉丼 春雨サラダ 中華かき玉スープ 冷凍みかん	牛乳 豚肉 豆みそ 卵 鶏肉	キャベツ 玉ねぎ だけのこ 赤パプリカ しょうが にんにく 小松菜 にんじん 冷凍みかん	白飯 サラダ油 上白糖 こしょう マロニー 三温糖 でん粉	 <p>トマト</p>	
25月	ごはん	さんまのかば焼き(2個) 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 もやし 大根 ごぼう にんじん 根みつば 干しいたけ	白飯 大豆油 上白糖		
26火	ソフトめん	肉味噌かけめん コーンコロッケ ささ身のごまサラダ わらび餅(最低3個)	牛乳 鶏ひき肉 はんぺん 豆みそ ささ身	しょうが 玉ねぎ だけのこ にんじん ねぎ もやし きゅうり	ソフトめん 三温糖 でん粉 コーンコロッケ 大豆油 ねりごま すりごま わらびもち	 <p>小松菜</p>	
27水	わかめごはん	竹輪の磯部揚げ(2個) 豚肉のカレー風味炒め もすく汁	牛乳 炊き込みわかめ 竹輪 豆乳 青のり粉 豚肉 豆腐 かまぼこ もすく	玉ねぎ にんじん しょうが 干しいたけ 根みつば	白飯 小麦粉 大豆油 カレー粉 サラダ油 上白糖 こしょう	 <p>キャベツ</p>	
28木	ごはん	肉団子(3個) モロヘイヤのおかか和え スタミナ豆腐汁	牛乳 肉団子 油揚げ かつお 豚肉 豆腐 白みそ	モロヘイヤ もやし にんじん えのきたけ ねぎ キムチ	白飯		
29金	ごはん	高野豆腐の卵とじ いわしの梅煮 ピリ辛きゅうり	牛乳 卵 鶏肉 凍り豆腐 竹輪 いわしの梅煮	玉ねぎ にんじん さやいんげん ぶなしめじ きゅうり	白飯 サラダ油 三温糖 上白糖 ごま油	<p>なす</p>	

※献立は都合により変更する場合があります。