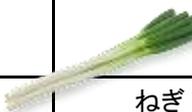


6月給食献立表

令和元年 給食回数 全19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
3月	ごはん 牛乳 揚げじゃがいものきんぴら いわし銀紙巻き(カレー味) 三色野菜のごま和え	牛乳 鶏ひき肉 はんぺん いわし銀紙巻き(カレー味)	にんじん さやいんげん キャベツ 小松菜	白飯 じゃがいも 大豆油 サラダ油 こんにゃく 三温糖 上白糖 いりごま	
4火	ごはん 牛乳 さばの白しょうゆ焼き 切り干し大根の炒め煮 スタミナ団子汁	牛乳 さばの白しょうゆ焼き まぐろ油漬 大豆 油揚げ はんぺん 豚肉 白みそ	切り干し大根 ホウレンソウ さやいんげん にんじん えのきたけ ねぎ キムチ	白飯 つきこんにゃく サラダ油 三温糖 餅	
5水	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ 弥富トマトのかきたま汁 おかか和え	牛乳 ハンバーグ 卵 鶏肉 豆腐 わかめ 糸切り本かつお	大根 玉ねぎ トマト にんじん みつば キャベツ ほうれん草	白飯 上白糖 でん粉	
6木	アルファ化米 牛乳 五目ごはん コロック 小松菜のお浸し 玉麩汁	牛乳 鶏肉 油揚げ コロック 豆腐	にんじん ごぼう ぶなしめじ 小松菜 もやし ねぎ 干しいただけ	アルファ化米 サラダ油 三温糖 大豆油 上白糖 玉麩	
10月	ごはん 牛乳 青しそ入りあじフライ きんぴらごぼう 骨太みそ汁	牛乳 青しそ入りあじフライ 鶏肉 生揚げ ミックスみそ	ごぼう さやいんげん にんじん 大根 玉ねぎ 小松菜	白飯 大豆油 中ざら糖 サラダ油	 弥富市統一メニュー 歯と口の健康週間
11火	きしめん 牛乳 カレーきしめん かみかみ揚げ 磯香和え 歯と口の健康週間ゼリー	牛乳 豚肉 かまぼこ 油揚げ たこの唐揚げ きざみのり	玉ねぎ にんじん ねぎ 干しいただけ ごぼう 小松菜 もやし	きしめん カレールウ 小麦粉 でん粉 大豆油 上白糖 歯と口の健康週間ゼリー	
12水	ごはん 牛乳 ピビンバ わかめスープ 手作りグレープゼリー	牛乳 豚ひき肉 豆みそ 鶏肉 豆腐 わかめ	にんにく しょうが キムチ 大豆もやし ほうれん草 にんじん 切干大根 玉ねぎ ホウレンソウ 干しいただけ パナップ	白飯 サラダ油 三温糖 グレープゼリーの素 加味ゼリー ナゲコ	
13木	米粉パン 牛乳 弥富野菜のスパゲティ ひじきと小松菜のサラダ フルーツソフトハワイア	牛乳 豚ひき肉 まぐろ油漬 ひじき	にんにく トマト なす にんじん 玉ねぎ 小松菜 ホウレンソウ パナップ	米粉パン スパゲティ オリーブ油 上白糖 マヨネーズ 三温糖 ソフトゼリーの素 ナゲコ 蒲朧みかんゼリー	
14金	ごはん 牛乳 さばの梅風味焼き キャベツの塩昆布和え 切り干し大根のみそ汁 プリン	牛乳 さばの梅風味焼き 塩昆布 豆腐 油揚げ 豆みそ 白みそ プリン	キャベツ もやし 切干大根 にんじん えのきたけ ねぎ	白飯	
17月	ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮 豚肉のカレー風味炒め 豆乳入り白みそ汁	牛乳 さんまみぞれ煮 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ 白みそ 豆乳	玉ねぎ にんじん しょうが 小松菜 白菜	白飯 カレー粉 サラダ油 上白糖	今月の 弥富市産
18火	アルファ化米 牛乳 中華風炊き込みご飯 焼ききょうざ(3個) 中華サラダ トマト中華スープ	牛乳 豚肉 ぎょうざ うずら卵	にんじん たけのこ 干しいただけ パナップ キャベツ ホウレンソウ 玉ねぎ トマト	アルファ化米 つきこんにゃく サラダ油 中ざら糖 三温糖	 トマト
19水	ごはん 牛乳 弥富なすのみそ炒め みつばのお吸い物 西尾抹茶蒸しパン	牛乳 豚ひき肉 豆みそ 豆腐 かまぼこ 卵	なす 玉ねぎ にんじん たけのこ 青ピーマン しょうが にんにく 白菜 みつば 抹茶	白飯 サラダ油 上白糖 でん粉 玉麩 ケーキミックス マーガリン チョコチップ	愛知を食べる 学校給食の日
20木	ごはん 牛乳 カレーライス ハンバーグ 福神和え ヨーグルト	牛乳 豚肉 ハンバーグ ヨーグルト	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 カレールウ	
21金	ミルクロール パン 牛乳 揚げパン(きな粉) チキンピーンズ コーンサラダ	牛乳 きな粉 鶏肉 大豆	玉ねぎ にんじん トマト キャベツ きゅうり ホウレンソウ	ミルクロール 大豆油 グラニュー糖 じゃがいも サラダ油 米粉/パルメ 三温糖	なす
24月	ごはん 牛乳 チキン南蛮(2個) 大根の梅じゃこ和え もずく汁	牛乳 鶏肉 しらす干し 豆腐 かまぼこ もずく	大根 キャベツ 乾燥梅干し にんじん 干しいただけ みつば	白飯 こしょう 小麦粉 大豆油 上白糖 タルタルソース	宮崎県のご当地料理!
25火	ソフトめん 牛乳 肉味噌かけめん 里芋コロック ツナマヨサラダ 型抜きチーズ	牛乳 豚ひき肉 はんぺん 豆みそ まぐろ油漬 型抜きチーズ	しょうが 玉ねぎ たけのこ にんじん ねぎ きゅうり ホウレンソウ	ソフトめん サラダ油 三温糖 でん粉 里芋コロック 大豆油 マヨネーズ	 キャベツ
26水	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ いわしの梅煮 枝豆サラダ レモンゼリー	牛乳 卵 鶏肉 竹輪 凍り豆腐 いわしの梅煮	玉ねぎ にんじん ぶなしめじ みつば キャベツ きゅうり 枝豆	白飯 サラダ油 三温糖 レモンゼリー	
27木	ごはん 牛乳 肉団子(3個) 野菜炒め 白みそ汁 マスカットゼリー	牛乳 ごぼう入りつくね ベーコン 油揚げ 豆腐 わかめ 白みそ	キャベツ 玉ねぎ にんじん 白菜	白飯 こしょう サラダ油 マスカットゼリー	
28金	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 揚げ春巻き 春雨サラダ 冷凍みかん	牛乳 豚ひき肉 豆腐 豆みそ 春巻	玉ねぎ にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく ほうれん草 冷凍みかん	白飯 サラダ油 三温糖 でん粉 大豆油 マロニー	 ねぎ

※献立は都合により変更する場合があります。