

様

(7)

2023、6月分予定献立

保護者確認欄

除去不可能

除去可能

エビ、イカ、カニ、タコ

乳製品

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
			1 麦ご飯	2 わかめご飯
			カレーライス 海と畑のサラダ	さわらの西京焼き おかひじきのごま和え なめこ汁
5 減量パン ^{あんず ジャム}	6 米飯	7 パン	8 米飯	9 米飯
五目うどん おかひじきサラダ	豚しゃぶサラダ (小袋ぽん酢しょうゆ) 豆腐のみそ汁	トマトオムレツ アスパラサラダ(小袋ごまドレッシング) ワンタンスープ	牛丼 チンゲンサイのいりどり和え	酢豚 もずくのすまし汁
12 パン	13 米飯	14 米飯	15 米飯	16 米飯
鶏肉とレバーのソースからめ 汁ビーフン	肉じゃが煮 じゃこのサラダ	あじの南蛮漬け 小松菜の和え物 高野豆腐の卵とじ	焼肉風 夏野菜のみそ汁 パインアップル(個包装)	焼きししゃも チンゲンサイの和え物 たけのこと鶏肉のみそ煮
19 パン	20 わかめご飯	21 パン	22 す飯	23 米飯
ポークビーンズ ツナサラダ	焼き魚(さけ) 切干し大根の炒めナムル たまねぎのみそ汁	鶏肉のレモン風味 カリフラワーのカレー味 コンソメスープ	手巻きずし (卵、ウインナー、竹輪、ツナ、 小袋マヨネーズ、焼きのり) 湯葉のすまし汁	豚肉のアップルソース こぶきいも 豆苗スープ
26 ナン	27 米飯	28 米飯	29 米飯	30 米飯
ドライカレー ポトフ	えびのチリソース キャベツのレモン和え 中華スープ	ポークシューマイ きゅうりの梅おかか和え 具だくさんみそ汁 やさいふりかけ	親子丼 ビーフンサラダ	じゃんじゃん豆腐 魚麵のすまし汁

最新版 2023.6.2

牛乳(パック)は毎日つきます。
わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

						1(木)			2(金)					
						麦ご飯 カレーライス 海と畑のサラダ			わかめご飯 さわらの西京焼き おかひじきのごま和え なめこ汁					
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
						豚肩ロース1.5cm角切り	30	35	さわら切身 50g	1切れ	1切れ			
						米ぬか油	0.3	0.3	白みそ	5.7	5.7			
						にんじん	20	22	清酒	1.4	1.4			
						たまねぎ	60	65	三温糖	0.85	0.85			
						じゃがいも	54	63	本みりん	0.2	0.2			
						マッシュルーム	4	5						
						給食用カレーフレーク	16	18	おかひじき	18	21.6			
						ウスターソース	2	2.2	もやし	25	30			
						ケチャップ	2	2	いりごま	0.6	0.72			
						りんご	3	3	上白糖	0.5	0.6			
						赤ワイン	0.5	0.6	うすくちしょうゆ	2.5	3			
						天外天塩	0.2	0.25						
						ガラムマサラ	0.01	0.04	なめこ	8	10			
						ココナッツミルク	2.5	3	木綿豆腐	40	45			
									たまねぎ	20	25			
						キャベツ	17	20.4	にんじん	10	12			
						きゅうり	10	12	根深ねぎ	10	12			
						まぐろ油漬け	15	18	みそ	7.25	7.4			
						にんじん	5	6	煮干し	4	4			
						冷凍ホールコーン	5	6						
						乾しひじき	1.5	1.8						
						うすくちしょうゆ	2.2	2.64	炊き込みわかめ	1.94	2.5			
						米酢	2.8	3.36						
						上白糖	1.2	1.44						
						米粒麦	9.7	12.5						

12(月)			13(火)			14(水)			15(木)			16(金)		
パン 鶏肉とレバーのソースからめ 汁ビーフン			米飯 肉じゃが煮 じゃこのサラダ			米飯 あじの南蛮漬け 小松菜の和え物 高野豆腐の卵とじ			米飯 焼肉風 夏野菜のみそ汁 パインアップル(個包装)			米飯 焼きししゃも チンゲンサイの和え物 たけのこと鶏肉のみそ煮		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
鶏もも皮つき	45	54	豚肉ももスライス	25	27.5	あじレトルト4号 35g	1尾	1尾	豚肉ももスライス	25	30	ししゃも 15g	小1, 2年	その他
カットレバーミニでん粉付	10	12	米ぬか油	0.3	0.33	でんぷん	3.5	3.5	牛肉ももばらスライス	25	30		1尾	2尾
しょうが	2	2.4	にんじん	14	15.4	米ぬか油	3.5	3.5	米ぬか油	0.5	0.6	キャベツ	25	30
こいくちしょうゆ	1.8	2.16	じゃがいも	77	84.7	上白糖	0.9	0.9	キャベツ	50	60	キャベツ	25	30
清酒	1.5	1.8	たまねぎ	75	82.5	うすくちしょうゆ	2.25	2.25	にんじん	8	9.6	チンゲンサイ	35	42
でんぷん	4	4.8	しらたき	20	22	米酢	3	3	たまねぎ	15	18	にんじん	5	6
米ぬか油	5	6	冷凍さやいんげん	5	5.5	水	4.5	4.5	にんにく	0.9	1.08	うすくちしょうゆ	2.5	3
たまねぎ	28	33.6	三温糖	1.1	1.21	ごま油	0.15	0.15	しょうが	0.8	0.96	上白糖	0.4	0.48
赤ピーマン	3	3.6	こいくちしょうゆ	3	3.3	一味唐辛子	0.01	0.01	ケチャップ	2	2.4	たけのこ水煮	20	24
ケチャップ	4	4.8	うすくちしょうゆ	3.2	3.52	こまつな	40	48	りんご	2.5	3	鶏もも皮つき	25	30
ウスターソース	3	3.6	清酒	0.5	0.55	にんじん	3	3.6	八丁みそ	1.7	2.04	じゃがいも	55	66
カレー粉	0.4	0.48	本みりん	0.5	0.55	上白糖	0.6	0.72	こいくちしょうゆ	4.1	4.92	にんじん	15	18
上白糖	0.5	0.6	キャベツ	30	36	うすくちしょうゆ	1.76	2.112	本みりん	0.9	1.08	冷凍さやいんげん	5	6
にんにく	0.18	0.216	ちりめんじゃこ	3	3.6	高野豆腐	10	12	清酒	0.9	1.08	板こんにゃく	20	24
平麺ビーフン	6	7	ごま油	0.5	0.6	鶏卵	26	31	ウスターソース	2.1	2.52	ごぼう団子	18	21.6
もやし	15	18	冷凍むき枝豆	20	24	鶏もも皮つき	20	24	上白糖	1.7	2.04	みそ	5	6
にんじん	9	11	うすくちしょうゆ	1.2	1.44	にんじん	14	16.8	かぼちゃ角切り	15	18	上白糖	2	2.4
焼豚	8	10				たまねぎ	55	66	なす	10	12	本みりん	1.19	1.428
たまねぎ	14	17				冷凍さやいんげん	5	6	にんじん	10	12	こいくちしょうゆ	1.74	2.088
にら	3	3				うすくちしょうゆ	4.5	5.4	たまねぎ	18	24	削り節 3号だし	1	1.2
スープベースチキン	12	12				こいくちしょうゆ	1.5	1.8	油揚げ	2	2.2	米ぬか油	0.4	0.48
天外天塩	0.1	0.11				三温糖	1.3	1.56	葉ねぎ	4	4	水	24	28.8
うすくちしょうゆ	4.5	4.7				本みりん	0.5	0.6	みそ	7.25	7.4			
ごま油	0.5	0.55				清酒	0.5	0.6	煮干し	4	4			
						削り節 3号だし	1	1.2						
									パインアップルスライス 40g	1袋	1袋			

19(月)			20(火)			21(水)			22(木)			23(金)		
パン ポークビーンズ ツナサラダ			わかめご飯 焼き魚(さけ) 切干し大根の炒めナムル たまねぎのみそ汁			パン 鶏肉のレモン風味 カリフラワーのカレー味 コンソメスープ			す飯 手巻きずし (卵、ウインナー、竹輪、ツナ、 小袋マヨネーズ、焼きのり) 湯葉のすまし汁			米飯 豚肉のアップルソース こぶきいも 豆苗スープ		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
豚肉ももスライス	20	24	さけ切身50g	1切れ	1切れ	鶏もも皮つき	50	60	手巻き用卵	1本	1本	豚肉ももスライス	60	72
米ぬか油	0.3	0.36	天外天塩	0.20	0.2	でんぷん	5	6	手巻用ウインナー	1本	2本	たまねぎ	7	8.4
蒸し大豆	20	24				米ぬか油	5	6	焼き竹輪	1/4本	1/2本	りんご	6	7.2
たまねぎ	38	45.6	切干し大根	5	6	こいくちしょうゆ	4	4.8	うすくちしょうゆ	0.2	0.4	ケチャップ	7	8.4
じゃがいも	54	64.8	豚肉ももスライス	15	18	本みりん	1	1.2	三温糖	0.16	0.32	ウスターソース	2.9	3.48
にんじん	18	21.6	にんじん	10	12	上白糖	2.5	3	清酒	0.14	0.28	上白糖	0.35	0.42
ショルダーベーコン	5	6	にら	2	2.4	水	2	2.4				こいくちしょうゆ	1.2	1.44
ペンネマカロニ	5	6	根深ねぎ	1	1.2	レモン果汁	1.2	1.44	キャベツ	17	21	米ぬか油	0.5	0.6
ケチャップ	10	12	こいくちしょうゆ	1.8	2.16	カリフラワー	15	18	きゅうり	10	12	男爵	45	54
トマトピューレ	10	12	上白糖	1.5	1.8	ブロッコリー	15	18	まぐろ油漬け	25	30	乾燥パセリ	0.02	0.024
スープベースチキン	9	10.8	うすくちしょうゆ	1.9	2.28	カレー粉	0.03	0.036	手巻きずしの具は、ウインナーと竹輪を除去食用の容器に入れていきます。ツナは、和え物容器に他の人の分と一緒に入っていきます。			天外天塩	0.25	0.3
こいくちしょうゆ	1.2	1.44	本みりん	0.5	0.6	天外天塩	0.12	0.144				こしょう	0.02	0.024
ウスターソース	2.4	2.88	ごま油	1	1.2	ベーコン	5	6				焼豚	5	6
上白糖	0.8	0.96	いりごま	1	1.2	たまねぎ	20	24	小袋マヨネーズ 5g	1袋		たまねぎ	20	25
天外天塩	0.2	0.24	水	2	2.4	にんじん	9	11	小袋マヨネーズ 8g		1袋	にんじん	9	11
こしょう	0.03	0.036	たまねぎ	30	36	レタス	25	30				豆苗	8	10
ガーリックパウダー	0.02	0.024	油揚げ	3	3.3	セロリー	3.3	4	焼きのり4切6枚入	1袋	1袋	セロリー	3.3	4
キャベツ	25	30	塩蔵わかめ	1.5	1.8	スープベースチキン	12	12				スープベースチキン	12	12
にんじん	5	6	にんじん	9	11	天外天塩	0.68	0.7	木綿豆腐	40	45	天外天塩	0.68	0.7
まぐろ油漬け	15	18	葉ねぎ	3.5	3.5	こしょう	0.03	0.04	にんじん	9	10.8	こしょう	0.02	0.03
きゅうり	10	12	みそ	7.25	7.4				塩蔵わかめ	1.2	1.4	こんにゃく寒天	1	1
セロリー	2	2.4	煮干し	4	4				乾燥湯葉	1	1.2			
いりごま	0.6	0.72							葉ねぎ	3.5	3.5			
うすくちしょうゆ	2.3	2.76							天外天塩	0.14	0.15			
米酢	2.6	3.12	炊き込みわかめ	1.94	2.5				うすくちしょうゆ	3.7	3.8			
上白糖	0.9	1.08							出し昆布	0.6	0.6			
ごま油	0.45	0.54							削り節 3号だし	4	4			
									すしのこ	4.4	5.7			

26(月)			27(火)			28(水)			29(木)			30(金)		
ナン			米飯			米飯			米飯			米飯		
ドライカレー			えびのチリソース			ポークシューマイ			親子丼			じゃんじゃん豆腐		
ポトフ			キャベツのレモン和え 中華スープ			きゅうりの梅おかか和え 具だくさんみそ汁 やさいふりかけ			ビーフンサラダ			魚麵のすまし汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
豚ひき肉	20	24	むきえび	60	72	ポークシューマイ	小1,2年 小3~6年 中・職	1個 2個 3個	鶏もも皮つき 米ぬか油 鶏卵	30 0.2 34	35 0.25 38	豚肉ももスライス 米ぬか油 がんもどき	20 0.2 30	24 0.24 36
牛ひき肉	20	24	しょうが	0.8	0.96	きゅうり	30	36	たまねぎ	75	85	板こんにゃく	25	30
たまねぎ	50	60	清酒	1	1.2	乾燥カリカリ梅	0.4	0.48	にんじん	15	18	たまねぎ	40	48
にんじん	15	18	でんぷん	10.5	12.6	花かつお	0.5	0.6	乾しいたけ	0.6	0.7	にんじん	10	12
ピーマン	7	8.4	米ぬか油	6	7.2	うすくちしょうゆ	0.7	0.84	おつゆふ	1.5	1.6	根深ねぎ	4	4.8
マッシュルーム	3	3.6	根深ねぎ	6	7.2	上白糖	0.5	0.6	葉ねぎ	4.5	4.5	乾しいたけ	0.5	0.6
にんにく	0.6	0.72	ケチャップ	5	6	にんじん	10	14	三温糖	1.3	1.45	しょうが	0.4	0.48
有塩バター	2	1.9	清酒	2	2.4	冷凍豆腐	30	35	うすくちしょうゆ	2.5	2.8	みそ	2.8	3.36
小麦粉	1.2	1.44	上白糖	2.2	2.64	突きこんにゃく	20	25	こいくちしょうゆ	4	4.6	こいくちしょうゆ	3	3.6
カレー粉	0.72	0.864	米酢	1.8	2.16	ごぼう	9	11	清酒	0.5	0.5	三温糖	1.95	2.34
ウスターソース	0.9	1.08	オイスターソース	1.8	2.16	葉ねぎ	3.5	3.5	本みりん	0.5	0.5	清酒	1	1.2
天外天塩	0.8	0.96	トウバンジャン	0.03	0.036	みそ	7.25	7.4	削り節 3号だし	2	2	魚麵	20	25
赤ワイン	0.8	0.96	スープベースチキン	3	3.6	煮干し	4	4	ビーフン	6	7.2	にんじん	10	12
フルーツチャツネ	0.7	0.84	キャベツ	35	42	いろいろやさいふりかけ	1個	1個	にんじん	5	6	乾燥湯葉	1	1.2
荒挽ミニカクテルウインナー	20	24	にんじん	3	3.6				きゅうり	20	24	葉ねぎ	3.5	3.5
キャベツ	30	35	きゅうり	5	6				チキンハム	10	12	うすくちしょうゆ	3.6	3.8
じゃがいも	45	50	上白糖	0.2	0.24				うすくちしょうゆ	3.4	4.08	天外天塩	0.15	0.16
たまねぎ	35	40	米酢	0.5	0.6				米酢	3.3	3.96	出し昆布	0.6	0.6
にんじん	18	22	レモン果汁	0.5	0.6				上白糖	1.3	1.56	削り節 3号だし	4	4
セロリー	3	4	天外天塩	0.18	0.216				ごま油	0.45	0.54			
スープベースチキン	15	15	豚肉ももスライス	15	20									
天外天塩	0.5	0.55	チンゲンサイ	15	20									
こしょう	0.02	0.03	たまねぎ	20	25									
			にんじん	5	6									
ナン			きくらげ	0.2	0.3									
			ポークブイヨン	15	15									
			天外天塩	0.12	0.13									
			こしょう	0.03	0.04									
			うすくちしょうゆ	4.1	4.3									
			ごま油	0.3	0.3									

ナンは通常のパンをとっていない
人の分も入れていきます。明細を確
認の上、喫食の判断をお願いします。