様

（8）

2024、6月分予定献立

保護者確認欄

エビ、イカ、カニ、タコ
乳製品

（月）	（火）	（水）	（木）	（金）
3　減量パン	4　米飯	5　米飯	6　麦ご飯	7　米飯
魚(たら)フライ キャベツのレモン和え レタスのスープ	あんかけ丼 さきいかとごぼうのカミカミサラダ かみかみ大豆(個包装)	鶏肉の塩こうじ焼き おかひじきのおかか和え 豆腐のみそ汁	カレーライス もずくサラダ	いかの煮付け にんじんシリシリ すり身団子のすまし汁
10　減量パン	11　米飯	12　減量パン	13　す飯	14　米飯
ハムステーキ(ケチャップソースかけ) カリフラワーのカレー味 たまねぎのスープ	豚肉とピーマンの炒め物 具だくさんみそ汁 パインアップルスライス(個包装)	鶏肉のなるとオレンジソース アスパラサラダ(小袋フレンチドレッシング) コンソメスープ	手巻きずし （卵、ウインナー、竹輪、ツナ、焼きのり） 魚麺のすまし汁	いわしのかぼす煮 小松菜の和え物 五目汁
17　減量パン	18　米飯	19　米飯	20　米飯	21　米飯
鶏肉とレバーのソースからめ 汁ビーフン 淡路のびわゼリー	他人丼 ささみサラダ	焼き魚(まだい) さやいんげんのごま和え あわ神七福汁	マーボー春雨 モロヘイヤのスープ	魚（すずき）のしそレモン風味 ブロッコリー 豆腐のすまし汁
24　ナン	25　米飯	26 減量黒糖パン	27　米飯	28　米飯
ドライカレー 野菜のスープ煮	さわらの西京焼き きゅうりの和え物 かきたま汁	皿うどん ハムサラダ	ユーリンチー 小松菜のナムル 豆苗スープ	豚肉のアップルソース ボイルキャベツ じゃがいものみそ汁

※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。

2024、6

No.1

3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
減量パン	米飯	米飯	麦ご飯	米飯
魚(たら)フライ	あんかけ丼	鶏肉の塩こうじ焼き	カレーライス	いかの煮付け
キャベツのレモン和え	さきいかとごぼうのカミカミサラダ	おかひじきのおかか和え	もずくサラダ	にんじんシリシリ
レタスのスープ	かみかみ大豆(個包装)	豆腐のみそ汁		すり身団子のすまし汁

材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
たら切身　50g	1切れ	1切れ	豚肉ももスライス	22	26.4		小1，2年	その他	豚肩ロース1.5cm角切り	30	35	いか短冊	50	60
天外天塩	0.16	0.2	米ぬか油	0.3	0.36	鶏むね皮つき	50	70	米ぬか油	0.3	0.3	しょうが	1	1.2
こしょう	0.01	0.01	なると	10	12	塩こうじ	4	5.6	にんじん	20	22	三温糖	1.1	1.32
小麦粉	3.2	4	もやし	10	12				たまねぎ	60	65	こいくちしょうゆ	2	2.4
鶏卵	3.2	4	キャベツ	51	61.2	おかひじき	18	21.6	じゃがいも	54	63	清酒	1.1	1.32
パン粉	5.6	7	チンゲンサイ	9	10.8	キャベツ	25	30	マッシュルーム	4	5	本みりん	0.3	0.36
米ぬか油	4	5	たまねぎ	47	56.4	うすくちしょうゆ	2.3	2.76	給食用カレーフレーク	16	18	でんぷん	0.3	0.36
			にんじん	9	10.8	花かつお	0.4	0.48	ウスターソース	2	2.2			
キャベツ	35	42	きくらげ	0.4	0.48				ケチャップ	2	2	にんじん	25	30
にんじん	3	3.6	葉ねぎ	5.5	6.6	木綿豆腐	40	45	りんご	3	3	まぐろ油漬け	9	10.8
きゅうり	5	6	しょうが	0.8	0.96	たまねぎ	20	24	赤ワイン	0.5	0.6	ごま油	1	1.2
うすくちしょうゆ	1	1.2	うすくちしょうゆ	5.4	6.48	にんじん	9	10.8	天外天塩	0.2	0.25	中華スープの素	0.75	0.9
上白糖	0.2	0.24	天外天塩	0.2	0.24	塩蔵わかめ	1.2	1.4	ガラムマサラ	0.01	0.04	いりごま	0.5	0.6
米酢	0.5	0.6	こしょう	0.03	0.04	葉ねぎ	3.5	3.5	ココナッツミルク	2.5	3	水	2	2.4
レモン果汁	0.5	0.6	清酒	1	1.2	出し昆布	0.6	0.6						
			スープベースチキン	10	12	削り節 3号だし	4	4	もずく	6	7.2	野菜ミックスボール	30	35
たまねぎ	20	25	ごま油	0.5	0.6	みそ	7.25	7.4	きゅうり	24	28.8	もやし	15	18
にんじん	9	11	でんぷん	3	3.6				キャベツ	24	28.8	にんじん	9	11
レタス	25	30							チキンハム	12	14.4	乾ししいたけ	0.4	0.5
セロリー	3	4	さきいか	7.5	9				にんじん	3.6	4.32	塩蔵わかめ	1.2	1.2
丸鶏スープベースHD	12	12	キャベツ	25	30				米酢	4.8	5.76	葉ねぎ	3.5	3.5
天日塩	0.38	0.44	ごぼう(細カット)	18	21.6				上白糖	3	3.6	出し昆布	0.6	0.6
こしょう	0.01	0.02	きゅうり	25	30				うすくちしょうゆ	3	3.6	削り節 3号だし	4	4
			冷凍ホールコーン	5	6							天外天塩	0.12	0.13
			上白糖	1.4	1.68							うすくちしょうゆ	3.8	4
			米酢	2.1	2.52				米粒麦	9.7	12.5			
			うすくちしょうゆ	2.7	3.24									
			ごま油	0.3	0.36									
			いりごま	0.6	0.72									
			かみかみ豆(大豆)7g	1袋	1袋									

2024、6

No.2

10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)
減量パン	米飯	減量パン	す飯	米飯
ハムステーキ(ケチャップソースかけ)	豚肉とピーマンの炒め物	鶏肉のなるとオレンジソース	手巻きずし	いわしのかぼす煮
カリフラワーのカレー味	具だくさんみそ汁	アスパラサラダ(小袋フレンチドレッシング)	(卵、ウインナー、竹輪、ツナ、焼きのり)	小松菜の和え物
たまねぎのスープ	パインアップルスライス(個包装)	コンソメスープ	魚麺のすまし汁	五目汁

材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
ボロニアステーキ 40g	1枚		豚肉ももスライス	45	54	鶏もも皮つき	50	60	手巻き用卵 15g	1本	1本	いわしかぼすレモン煮 50g	1尾	1尾
ボロニアステーキ 50g		1枚	米ぬか油	0.5	0.6	でんぷん	5	6	手巻き用ウインナー	1本	2本			
上白糖	0.06	0.07	にんじん	10	12	米ぬか油	5	6	焼き竹輪 25g	1本	2本	こまつな	40	48
ケチャップ	3.3	3.96	たけのこ水煮	20	24	こいくちしょうゆ	3.2	3.84	うすくちしょうゆ	0.2	0.4	にんじん	3	3.6
ウスターソース	0.8	0.96	ピーマン	15	18	本みりん	0.8	0.96	三温糖	0.16	0.32	上白糖	0.6	0.72
水	0.8	0.96	もやし	12	14.4	水	2	2.4	清酒	0.14	0.28	うすくちしょうゆ	1.76	2.11
			しょうが	0.48	0.58	島ジャム なるとオレンジ	4	4.8						
冷凍カリフラワー	15	18	こいくちしょうゆ	3.6	4.32				キャベツ	17	21	鶏つくね	25	30
ブロッコリー	15	18	清酒	0.5	0.6	グリーンアスパラガス	12	14.4	きゅうり	10	12	チンゲンサイ	25	30
カレー粉	0.03	0.04	三温糖	2	2.4	たまねぎ	10	12	まぐろ油漬け	25	30	しらたき	15	18
天外天塩	0.12	0.14	オイスターソース	1	1.2	ツイストマカロニ	5	6	しょうゆ	1.8	2.16	油揚げ	2	2.2
						ポークハム	12	14.4	米酢	1.6	1.92	にら	3	3
たまねぎ	20	25	にんじん	10	14				上白糖	0.6	0.72	スープベースチキン	10	10
にんじん	9	11	木綿豆腐	30	35	フレンチドレッシング 8ml	1袋	1袋				天外天塩	0.1	0.11
レタス	25	30	突きこんにゃく	20	25	(乳・卵・小麦不使用)			焼きのり4切6枚入	1袋	1袋	こしょう	0.03	0.04
セロリー	3	4	ごぼう	9	11	ベーコン	5	6				うすくちしょうゆ	3.6	3.7
丸鶏スープベースHD	12	12	葉ねぎ	3.5	3.5	たまねぎ	20	24	魚麺	20	25			
天日塩	0.38	0.44	みそ	7.25	7.4	にんじん	9	11	にんじん	10	12			
こしょう	0.01	0.02	煮干し	4	4	キャベツ	17	22	乾燥湯葉	1	1.2			
						セロリー	3.3	4	葉ねぎ	3.5	3.5			
			パインアップルスライス 40g	1袋	1袋	丸鶏スープベースHD	12	12	うすくちしょうゆ	3.6	3.8			
						天外天塩	0.68	0.7	天外天塩	0.15	0.16			
						こしょう	0.02	0.03	出し昆布	0.6	0.6			
									削り節 3号だし	4	4			
									すしのこ	4.4	5.7			

2024、6

No.3

17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)
減量パン	米飯	米飯	米飯	米飯
鶏肉とレバーのソースからめ	他人丼	焼き魚(まだい)	マーボー春雨	魚(すずき)のしそレモン風味
汁ビーフン	ささみサラダ	さやいんげんのごま和え	モロヘイヤのスープ	ブロッコリー
淡路のびわゼリー		あわ神七福汁		豆腐のすまし汁

材料	小	中
鶏もも皮つき	45	54
カットレバーミニでん粉付	10	12
しょうが	2	2.4
こいくちしょうゆ	1.8	2.16
清酒	1.5	1.8
でんぷん	4	4.8
米ぬか油	5	6
たまねぎ	28	33.6
赤ピーマン	3	3.6
ケチャップ	4	4.8
ウスターソース	3	3.6
カレー粉	0.4	0.48
上白糖	0.5	0.6
にんにく	0.18	0.22
平麺ビーフン	6	7
もやし	15	18
にんじん	9	11
焼豚	8	10
たまねぎ	14	17
にら	3	3
丸鶏スープベースHD	12	12
天外天塩	0.1	0.11
うすくちしょうゆ	4.5	4.7
ごま油	0.5	0.55
びわゼリー40g	1個	1個

材料	小	中
牛肉ももばらスライス	25	30
米ぬか油	0.2	0.25
鶏卵	34	38
たまねぎ	75	85
にんじん	15	18
乾ししいたけ	0.6	0.7
おつゆふ	1.5	1.6
根深ねぎ	4.5	4.5
三温糖	1.3	1.45
うすくちしょうゆ	2.5	2.8
こいくちしょうゆ	4	4.6
清酒	0.5	0.5
本みりん	0.5	0.5
削り節 3号だし	2	2
キャベツ	25	30
にんじん	5	6
蒸しささみ	15	18
きゅうり	10	12
セロリー	2	2.4
いりごま	0.6	0.72
うすくちしょうゆ	2.6	3.12
米酢	2.9	3.48
上白糖	1	1.2
ごま油	0.5	0.6

材料	小	中
まだい切身　50g	1切れ	1切れ
天日塩	0.13	0.13
さやいんげん	10	12
冷凍さやいんげん	10	12
いりごま	0.5	0.6
三温糖	0.3	0.36
こいくちしょうゆ	1.3	1.56
牛肉ももスライス	10	12
キャベツ	17	20.4
たまねぎ	14	17
突きこんにゃく	20	24
にんじん	10	12
葉ねぎ	3.5	3.5
みそ	7.25	7.4
煮干し	4	4

材料	小	中
豚ひき肉	30	36
たまねぎ	20	24
赤ピーマン	4.5	5.4
はるさめ　5cmカット	10	12
しょうが	0.3	0.36
にんにく	0.2	0.24
にら	3	3.6
トウバンジャン	0.1	0.12
八丁みそ	4	4.8
三温糖	0.8	0.96
こいくちしょうゆ	1.9	2.28
清酒	0.5	0.6
ごま油	0.3	0.36
モロヘイヤ	15	20
チキンハム	10	20
たまねぎ	20	25
にんじん	5	6
きくらげ	0.2	0.3
冷凍ホールコーン	12	14.4
丸鶏スープベースHD	15	15
うすくちしょうゆ	0.5	4.3
天外天塩	0.1	0.13
こしょう	0.02	0.04

材料	小	中
すずき切身　50g	1切れ	1切れ
でんぷん	5	5
米ぬか油	5	5
青じそ	0.5	0.5
レモン果汁	0.6	0.6
うすくちしょうゆ	4	4
上白糖	3	3
水	4	4
ブロッコリー	10	12
冷凍ブロッコリー	20	24
天外天塩	0.15	0.18
木綿豆腐	40	45
にんじん	9	11
乾燥湯葉	1	1.2
みつば	3	3
天外天塩	0.14	0.15
うすくちしょうゆ	3.7	3.8
出し昆布	0.6	0.6
削り節 3号だし	4	4

2024、6

No.4

24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)
ナン	米飯	減量黒糖パン	米飯	米飯
ドライカレー	さわらの西京焼き	皿うどん	ユーリンチー	豚肉のアップルソース
野菜のスープ煮	きゅうりの和え物	ハムサラダ	小松菜のナムル	ボイルキャベツ
	かきたま汁		豆苗スープ	じゃがいものみそ汁

材料	小	中
豚ひき肉	20	24
牛ひき肉	20	24
たまねぎ	50	60
にんじん	15	18
ピーマン	7	8.4
マッシュルーム	3	3.6
にんにく	0.6	0.72
有塩バター	1.6	1.92
小麦粉	1.2	1.44
カレー粉	0.72	0.86
ウスターソース	0.9	1.08
天外天塩	0.8	0.96
赤ワイン	0.8	0.96
フルーツチャツネ	0.7	0.84
荒挽ミニカクテルウインナー	15	18
キャベツ	30	35
じゃがいも	45	50
たまねぎ	35	40
にんじん	18	22
セロリー	3	4
丸鶏スープベースHD	15	15
ベーコン	5	6
天外天塩	0.6	0.65
こしょう	0.02	0.03
ナン	小1～3年	50
	小4～6年	70
	中・職	100

材料	小	中
さわら切身　50g	1切れ	1切れ
白みそ	5.7	5.7
清酒	1.4	1.4
三温糖	0.85	0.85
本みりん	0.2	0.2
きゅうり	30	36
刻み昆布	0.5	0.6
こいくちしょうゆ	2.2	2.64
上白糖	0.45	0.54
米酢	1.8	2.16
ごま油	0.6	0.72
塩蔵わかめ	1.2	1.3
なると	5	6
たまねぎ	12	14
にんじん	9	11
木綿豆腐	30	35
鶏卵	15	17
葉ねぎ	3.5	3.5
天外天塩	0.15	0.17
うすくちしょうゆ	4.3	4.4
でんぷん	0.3	0.33
出し昆布	0.6	0.6
削り節 3号だし	4	4

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。

材料	小1, 2年	その他
皿うどん	20	30
豚肉ももスライス	25	30
米ぬか油	0.3	0.36
キャベツ	42	50.4
チンゲンサイ	15	18
たまねぎ	28	33.6
にんじん	16	19.2
葉ねぎ	5	6
しょうが	0.8	0.96
スープベースチキン	10	12
うすくちしょうゆ	5.4	6.48
天外天塩	0.25	0.3
こしょう	0.02	0.02
清酒	0.3	0.36
でんぷん	2.5	3
チキンハム	12	14.4
キャベツ	35	42
きゅうり	10	12
冷凍ホールコーン	5	6
上白糖	1.1	1.32
米酢	2.8	3.36
うすくちしょうゆ	2.2	2.64
黒砂糖	10	14

材料	小	中
鶏もも皮つき	50	60
でんぷん	4.5	5.4
米ぬか油	5	6
にんにく	0.3	0.36
上白糖	2.5	3
うすくちしょうゆ	2.4	2.88
米酢	1.8	2.16
本みりん	1	1.2
水	3	3.6
こまつな	40	48
もやし	20	24
にんじん	2	2.4
ごま油	0.3	0.36
うすくちしょうゆ	3	3.6
焼豚	5	6
たまねぎ	20	25
にんじん	9	11
豆苗	8	10
セロリー	3.3	4
丸鶏スープベースHD	12	12
天外天塩	0.68	0.7
こしょう	0.02	0.03
こんにゃく寒天	1	1

材料	小	中
豚肉ももスライス	60	72
たまねぎ	7	8.4
りんご	6	7.2
ケチャップ	7	8.4
ウスターソース	2.9	3.48
上白糖	0.35	0.42
こいくちしょうゆ	1.2	1.44
米ぬか油	0.5	0.6
キャベツ	40	48
天外天塩	0.1	0.12
こしょう	0.01	0.01
じゃがいも	35	40
たまねぎ	30	35
にんじん	10	12
油揚げ	2	2.2
葉ねぎ	3.5	3.5
みそ	7.25	7.4
煮干し	4	4