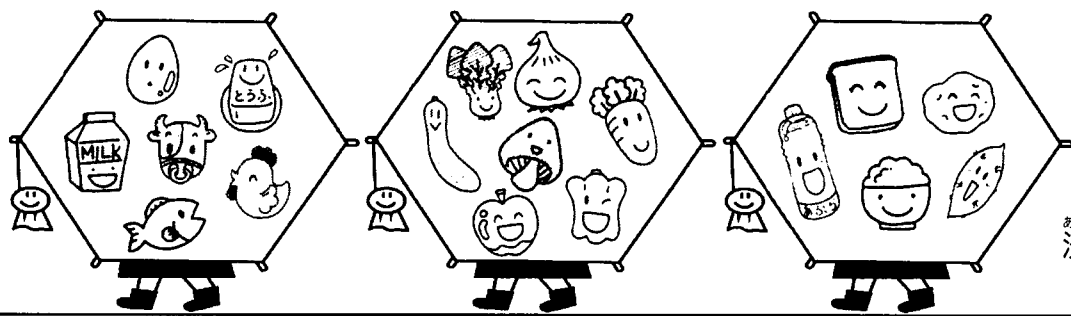


2020ねん 6がつの  
えいようしどうひょう



(教室用)  
淡路市立給食センター

日 (曜)	こんだて名	血や肉になるもの (あか)	体の調子をととのえるもの (みどり)	熱や力になるもの (き)
2 (火)	牛肉とごぼうのうま煮 ふのみそ汁	牛肉 油揚げ 焼きふ 出し昆布 塩蔵わかめ みそ 削り節	にんじん しらたき たまねぎ さやいんげん ごぼう たけのこ水煮 葉ねぎ 乾しいたけ	米ぬか油 三温糖
3 (水)	マーボー豆腐 春雨サラダ	冷凍豆腐 豚ひき肉 八丁みそ チキンハム	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ にんじん 乾しいたけ にら きゅうり	三温糖 ごま油 でんぶん はるさめ いりごま 上白糖
4 (木)	あんかけ丼 いりこ大豆の揚げ煮	豚肉 スープベース なんと かえりちりめん 蒸し大豆	もやし キャベツ たまねぎ チンゲンサイ にんじん きくらげ 葉ねぎ しょうが	米ぬか油 ごま油 でんぶん さつまいも 上白糖
5 (金)	チキンカレーライス 野菜サラダ (小袋和風ドレッシング)	鶏肉 ポークハム	にんじん たまねぎ りんご マッシュルーム きゅうり ブロッコリー ケチャップ 赤ピーマン	カレーフレーク 米ぬか油 じゃがいも ココナツミルク 和風ドレッシング
8 (月)	皿うどん フルーツよせ	豚肉 スープベース	キャベツ チンゲンサイ たまねぎ にんじん 葉ねぎ しょうが みかん缶 黄桃缶 パインアップル缶 野菜ゼリー ナタデココ	皿うどん 米ぬか油 でんぶん 上白糖
9 (火)	肉じゃが煮 ほうれんそうサラダ (小袋マヨネーズ)	牛肉 糸かまぼこ	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん ほうれんそう ぶなしめじ キャベツ	米ぬか油 じゃがいも 三温糖 小袋マヨネーズ
10 (水)	鶏肉のなるとオレンジソース レタスとアスパラのスープ	鶏肉 ベーコン スープベース	グリーンアスパラガス セロリー たまねぎ にんじん レタス	でんぶん 米ぬか油 鳴門オレンジマーレード A B Cマカロニ
11 (木)	いかの煮付け 沢煮碗 いちごゼリー	いか 豚肉 削り節	しょうが こまつな にんじん ごぼう えのきたけ	三温糖 でんぶん じゃがいも いちごゼリー
12 (金)	チンゲンサイのいろどりあえ 筑前煮 いかなごのくぎ煮(個包装)	ポークハム 鶏肉 さつま揚げ 厚揚げ いかなごのくぎ煮	キャベツ チンゲンサイ とうもろこし にんじん こんにゃく れんこん水煮 ごぼう 乾しいたけ さやいんげん	上白糖 米ぬか油 三温糖
15 (月)	ドライカレー 野菜のスープ煮	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン ウインナー スープベース	たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ マッシュルーム にんにく セロリー	有塩バター 小麦粉 フルーツチャツネ じゃがいも
16 (火)	ポークシューマイ 春雨スープ やさしいふりかけ	ポークシューマイ チキンハム スープベース	チンゲンサイ もやし にんじん きくらげ 葉ねぎ やさしいふりかけ	はるさめ
17 (水)	牛丼 海と畑のサラダ	牛肉 焼きふ マグロ油漬 乾しひじき	たまねぎ にんじん しらたき 葉ねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	米ぬか油 三温糖 上白糖
18 (木)	鶏肉の塩こうじ焼き じゃがいものみそ汁	鶏肉 木綿豆腐 塩蔵わかめ みそ 煮干し	たまねぎ にんじん さやいんげん 葉ねぎ	塩こうじ じゃがいも
19 (金)	魚(たい)フライ 鶏団子スープ	たい 鶏卵 塩蔵わかめ 鶏つくね スープベース	ごぼう チンゲンサイ	小麦粉 パン粉 米ぬか油
22 (月)	セルフサンド(ウインナー、野菜) (小袋ケチャップ) かぼちゃのクリームスープ	ポークスティックウインナー ポークハム スープベース 調理用牛乳	キャベツ きゅうり ケチャップ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ	じゃがいも 有塩バター 小麦粉
23 (火)	木の葉丼 チンゲンサイの和え物 さくらんぼゼリー	焼きかまぼこ 鶏卵 焼きふ 削り節 ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん 乾しいたけ 葉ねぎ キャベツ チンゲンサイ とうもろこし さくらんぼゼリー	三温糖 上白糖
24 (水)	鶏肉とレバーのソースからめ 汁ビーフン	鶏肉 焼豚 スープベース カットレバーミニでん粉付	しょうが たまねぎ 赤ピーマン にんじん ケチャップ にんにく もやし にら	でんぶん 米ぬか油 上白糖 平麺ビーフン ごま油
25 (木)	豚肉とキムチの炒め物 夏野菜のみそ汁	豚肉 油揚げ みそ 煮干し	はくさいキムチ キャベツ なす 大豆もやし かぼちゃ にんじん ぶなしめじ たまねぎ 葉ねぎ	米ぬか油
26 (金)	白身魚(ぐち)の天ぷら 高野豆腐の五目煮	ぐち 高野豆腐 鶏肉 削り節	にんじん たまねぎ たけのこ水煮 さやいんげん	天ぷら粉 米ぬか油 三温糖
29 (月)	さっぱりサラダ ポークビーンズ	鶏肉 豚肉 蒸し大豆 ショルダーベーコン スープベース	だいこん キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん ケチャップ トマトピューレ	上白糖 米ぬか油 じゃがいも ペンネマカロニ
30 (火)	じゃんじゃん豆腐 魚麵のすまし汁 のり佃煮	豚肉 がんもどき みそ 乾燥湯葉 魚麵 削り節 のり佃煮 出し昆布	こんにゃく たまねぎ にんじん 根深ねぎ 乾しいたけ しょうが 葉ねぎ	米ぬか油 三温糖

※○印は、パン給食の日となっています。

※おはしは毎日きれいに洗って持ってきてきましょう。

※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。