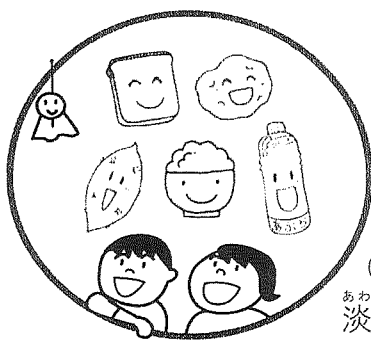
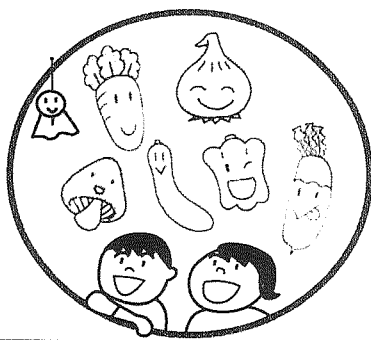
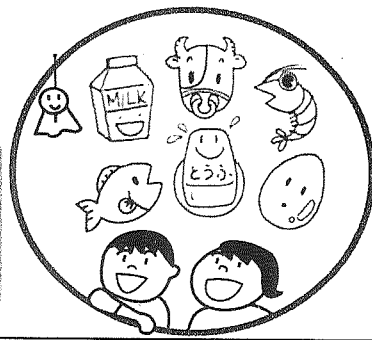


2025ねん 6がつの
えいようしどうひょう



(教室用)
あわじしりつきゅうしよく
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月	魚(たら)フライ キャベツのレモン和え レタスのスープ	たら 鶏卵 スープベース コンソメ	キャベツ にんじん レモン果汁 たまねぎ レタス セロリー	小麦粉 パン粉 米ぬか油 上白糖
3火	鶏肉の塩こうじ焼き おかひじきのごま和え ふのみそ汁	鶏肉 油揚げ 塩蔵わかめ だし昆布 削り節 みそ	おかひじき もやし たまねぎ にんじん 葉ねぎ	塩こうじ いりごま 上白糖 おつゆふ
4水	肉じゃが煮 ごぼうのカミカミサラダ かみかみ大豆(個包装)	牛肉 かみかみ大豆	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん キャベツ ごぼう きゅうり ホールコーン	米ぬか油 じゃがいも 三温糖 上白糖 ごま油 いりごま
5木	マーボー春雨 中華スープ	豚ひき肉 八丁みそ 豚肉 ポークブイヨン	たまねぎ 赤ピーマン しょうが にんにく にら チンゲンサイ にんじん きくらげ	はるさめ 三温糖 ごま油
6金	さわらの西京焼き 小松菜の和え物 はんぺんのすまし汁	さわら 白みそ はんぺん 削り節 乾燥湯葉 塩蔵わかめ だし昆布	こまつな にんじん えのきたけ みつば	三温糖 上白糖
⑨月	鶏肉のさつぱり煮 キャベツとコーンの和え物 ワンタンスープ	鶏肉 豚ひき肉 スープベース	しょうが キャベツ ホールコーン たまねぎ にんじん 葉ねぎ きくらげ	三温糖 でんぶん ワンタンの皮 ごま油
10火	焼き魚(くろだい) さやいんげんのごま和え あわ神七福汁	くろだい 牛肉 みそ 煮干し	さやいんげん キャベツ たまねぎ こんにやく にんじん 葉ねぎ	いりごま 三温糖
⑪水	鶏肉とレバーのソースからめ 汁ビーフン	鶏肉 鶏レバー 焼豚 スープベース	しょうが たまねぎ 赤ピーマン にんにく もやし にんじん にら	でんぶん 米ぬか油 上白糖 平麺ビーフン ごま油
12木	手巻さずし 魚麵のすまし汁	手巻き用卵 ウインナー 焼き竹輪 まぐろ油漬 焼きのり 魚麵 乾燥湯葉 だし昆布 削り節	キャベツ きゅうり にんじん 葉ねぎ	三温糖 上白糖
13金	豚肉のアップルソース ポイルキャベツ さつまいものスープ	豚肉 ベーコン スープベース	たまねぎ りんご キャベツ にんじん セロリー	上白糖 米ぬか油 さつまいも
⑬月	血うどん ハムサラダ	豚肉 スープベース チキンハム	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 きゅうり ホールコーン	血うどん 米ぬか油 でんぶん 上白糖
17火	魚(ほき)のしそレモン風味 ほうれんそうのごま和え 具だくさんみそ汁	ほき 木綿豆腐 みそ 煮干し	青じそ レモン果汁 ほうれんそう 葉ねぎ キャベツ にんじん こんにやく ごぼう	でんぶん 米ぬか油 上白糖 いりごま
18水	カレーライス もずくサラダ	豚肉 もずく チキンハム	にんじん たまねぎ マッシュルーム りんご きゅうり キャベツ	米ぬか油 じゃがいも カレーフレーク ココナッツミルク 上白糖
19木	鶏肉の漬け焼き 小松菜のナムル かきたま汁	鶏肉 塩蔵わかめ なんと 削り節 木綿豆腐 鶏卵 だし昆布	こまつな もやし にんじん たまねぎ 葉ねぎ	三温糖 でんぶん ごま油
20金	プルコギ 豆苗スープ 淡路のびわゼリー	牛肉 焼豚 スープベース	たまねぎ 赤ピーマン エリンギ 根深ねぎ はくさい にんにく にんじん 豆苗 セロリー こんにやく寒天 びわゼリー	三温糖 米ぬか油 いりごま ごま油 でんぶん
⑳月	ハムステーキ(ケチャップソースかけ) にんじんシリシリ たまねぎのスープ	ポロニアステーキ スープベース まぐろ油漬 ベーコン コンソメ	にんじん たまねぎ レタス パセリ	上白糖 ごま油 いりごま
24火	豚肉とごぼうのうま煮 豆腐のすまし汁	豚肉 木綿豆腐 乾燥湯葉 だし昆布 削り節	ごぼう にんじん こんにやく たけのこ水煮 さやいんげん 乾しいたけ みつば	三温糖 米ぬか油
㉑水	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	鶏肉 ポークハム ベーコン スープベース	グリーンアスパラガス たまねぎ セロリー にんじん キャベツ なるとオレンジマーメレード	でんぶん 小袋フレンチドレッシング ツイストマカロニ 米ぬか油
26木	いわしの梅煮 チンゲンサイの和え物 じゃがいものみそ汁	いわしの梅煮 油揚げ みそ 煮干し	キャベツ チンゲンサイ にんじん たまねぎ 葉ねぎ	上白糖 じゃがいも
27金	他人丼 ささみサラダ	牛肉 鶏卵 削り節 鶏ささみ 赤まふのり わかめ 赤つのまた 白しきんのり 茎わかめ	たまねぎ にんじん 乾しいたけ 根深ねぎ きゅうり	米ぬか油 おつゆふ 三温糖 上白糖 ごま油
㉓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 マッシュルーム にんにく キャベツ 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

※○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。