



6月分予定献立表

食中毒予防の基本！手をきれいに洗いましょう

手の洗い方

- ① 流水で汚れを簡単に洗い流す
- ② せっけんをつけて十分に泡立てる
- ③ 手のひらと手背を合わせてこすり洗います
- ④ 手のひらと手の甲を合わせてこすり洗います
- ⑤ 指の間、指先(爪の間)を洗う
- ⑥ 反対側の手で洗うようにして、親指、手首を洗う
- ⑦ 流水でせっけんを十分に洗い流す
- ⑧ 清潔な乾いたハンカチやタオルで水気をふきとる

木		金	
1	2	3	4
○牛乳 ぶたにくときりほしだいごんのあまからどん ○ごはん ★しいだけ ○ぶたにく ★きりほしだいごん ★ごぼう ★しょうが ★こんにゃく しょうゆ ★えのきたけ さとう ★にんじん さけ ★たまねぎ みりん ★いんげん	○牛乳 ○パン ※はちみつ しょうゆラーメン ○ラーメン ★コーン ○ぶたにく ★もやし ○かまぼこ ★ねぎ ★キャベツ こしょう ★にんじん しょうゆラーメンのもと	ちくわのいそべあげ ○ちくわ こむぎこ ○あおのり	○牛乳 ○パン ※はちみつ しょうゆラーメン ○ラーメン ★コーン ○ぶたにく ★もやし ○かまぼこ ★ねぎ ★キャベツ こしょう ★にんじん しょうゆラーメンのもと
612kcal	691kcal		
5	6	7	8
きゅうしょくはありません 	きゅうしょくはありません 	○ごはん キムチに ○とりにく ○みそ ○とうふ ガーリック ★ニラ さけ ★はくさいキムチ しょうゆ ★たまねぎ さとう ★もやし ちゅうかだし ★こんにゃく □ごまあぶら ★はくさい はるさめサラダ □はるさめ す ★きゅうり さとう ★キャベツ しょうゆ ★コーン しお	○牛乳 ○ごはん ごもくせんびら ○とりにく ★こんにゃく ○ぶたにく さとう ○ほねく しょうゆ ★ごぼう みりん ★にんじん さけ ★いんげん □ごまあぶら ○※とんかつ ※とんかつソースクラス1ぼん
		622kcal	718kcal
12	13	14	15
○牛乳 □※わかめごはん きゅうじり ○とうふ ★こんにゃく ○かまぼこ ★うめ ○わかめ しょうゆ ★えのきたけ みりん ★にんじん だしパック ★だいごん さばのみぞだれかけ ○さば みりん ○みそ さけ さとう かたくりこ	○牛乳 ○パン マカロニのとうにゅうシチュー ○とりにく ★しめじ ○ベーコン ★いんげん ○マカロニ ○とうにゅう □じゃがいも コンソメ ★にんじん クリームシチュー ★たまねぎ	○牛乳 ガバオライス □ごはん ガーリック ○とりにく さけ ○ぶたにく みりん ○だいず さとう ★たまねぎ しょうゆ ★にんじん オイスターソース ★ねごろおおう しお ★しめじ こしょう パジル かたくりこ ○※あつやぎたまご	○牛乳 ○ごはん カレーにくじゃが ○とりにく ★こんにゃく ○ちくわ しょうゆ □じゃがいも さとう ★にんじん さけ ★たまねぎ カレーこ ★いんげん ごまじゃごあえ ○ちりめんじゃこ □ごま ★ほうれんそう ごまあえのもと ★キャベツ しょうゆ ★もやし
688kcal	634kcal	677kcal	654kcal
19	20	21	22
○牛乳 ○ごはん ※よりかけ(あじかつお) えのきたけ ○あぶらあげ ★にんじん ○とうふ ★ねぎ □じゃがいも ○みそ ★えのきたけ だしパック ★だいごん さんまのてりやき ○さんま みりん しょうゆ さけ さとう かたくりこ	○牛乳 ○パン なのミートスパゲティ □スパゲティ ○こなチーズ ○とりにく ガーリック ○ぶたにく ケチャップ ★なすび トマトピューレ ★たまねぎ しょうゆ ★にんじん コンソメ じいさいりつナサラダ ○ひじき □ごま ○ツナ □ごまあぶら ★きりほしだいごん しょうゆ ★コーン さとう ★キャベツ す	○牛乳 ○ごはん マーボーどうふ ○ぶたにく ○みそ ○とりにく さとう ○とうふ しょうゆ ★たまねぎ トウバンジャン ★ねぎ デンメンジャン ★しいだけ ちゅうかだし ★しょうが かたくりこ だいがいも(2こ) □さつまいも しょうゆ さとう かたくりこ	○牛乳 ハヤシライス □ごはん ★しめじ □じゃがいも コンソメ ○ぶたにく ウスターソース ★たまねぎ ハヤシルフ ★にんじん フルーツポンチ ○かんでん ★パイ □ゼリー ★みかん
650kcal	679kcal	711kcal	653kcal
26	27	28	29
○牛乳 ○ごはん ※ひじきのり じゃがもちのみそしる □じゃがもち ★にんじん ○とうふ ★えのきたけ ○あぶらあげ ○みそ ○わかめ だしパック ★たまねぎ さけのごまだれかけ ○さけ しょうゆ □ごま みりん さとう かたくりこ	○牛乳 ○パン やきそば □やきそばめん ★キャベツ ○ぶたにく こしょう ○ちくわ ウスターソース ★もやし とんかつソース ★にんじん やきそばソース ★たまねぎ コールスローサラダ ★キャベツ ★コーン ★きゅうり	○牛乳 ○ごはん にどうふ ○とりにく ★こんにゃく ○ぶたにく ★えのきたけ ○とうふ しょうゆ ○ふ さとう ★にんじん さけ ★たまねぎ さけ ★ねぎ みりん どりからもち ○ハム □ごまあぶら ★きゅうり さとう ★もやし しょうゆ ★コーン す □ごま トウバンジャン	○牛乳 やさいとひじきのなつカレー □ごはん ★たまねぎ ○とりにく カレールウ ○ぶたにく こしょう ★かぼちゃ ウスターソース ★なすび ガーリック ★ピーマン コンソメ ★トマト カレーこ ※デラウェア
614kcal	665kcal	634kcal	658kcal
30			

□・・き (ねつやちからのもとになる) ○・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ★・・みどり (からだのちょうしをととのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
* 6月分の給食費引き落としは、7月10日(月)になりますので、よろしくお願ひします。
* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

日 曜	献 立 名	
1 木	豚肉と切干し大根の甘辛丼 ちくわの磯辺揚げ	牛乳 豚肉と切干し大根の甘辛丼[豚 調味料(小麦 大豆)] ちくわの磯辺揚げ[ちくわ(無) 調味料(小麦)]
2 金	パン はちみつ しょうゆラーメン ぎょうざ(2個)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) はちみつ(無) しょうゆラーメン[ラーメン(小麦) 豚 調味料(小麦 大豆 豚)] ぎょうざ(卵 乳 小麦 ごま 大豆 鶏 豚)
5 月	給食はありません	
6 火	給食はありません	
7 水	ごはん キムチ煮 春雨サラダ	牛乳 キムチ煮[鶏 豆腐(大豆) キムチ(りんご 小麦 大豆 さば) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] 春雨サラダ[調味料(小麦 大豆)]
8 木	ごはん 五目きんぴら とんかつ(とんかつソース1本)	牛乳 五目きんぴら[鶏 豚 調味料(小麦 大豆 ごま)] とんかつ[豚 乳 小麦 大豆] とんかつソース(大豆 りんご)
9 金	パン マーシャルピンズ ABCマカロニスープ ハムソテー(ケチャップソース)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) マーシャルピンズ(乳 大豆) ABCマカロニスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ハムソテー[ハム(鶏 豚) 調味料(小麦 大豆)]
12 月	わかめごはん 紀州汁 さばのみそだれかけ	牛乳 わかめごはん(無) 紀州汁[豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] さばのみそだれかけ[さば 調味料(大豆)]
13 火	パン マカロニの豆乳シチュー 寒天のサラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) マカロニの豆乳シチュー[鶏 ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 豆乳(大豆) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)] 寒天のサラダ[調味料(小麦 大豆)]
14 水	ガパオライス 厚焼きたまご	牛乳 ガパオライス[鶏 豚 大豆 調味料(小麦 大豆)] 厚焼きたまご(卵 小麦 大豆)
15 木	ごはん カレー肉じゃが ごまじゃこあえ	牛乳 カレー肉じゃが[鶏 調味料(小麦 大豆)] ごまじゃこあえ[ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
16 金	黒糖パン ビーフンスープ かぼちゃコロッケ	牛乳 黒糖パン(小麦 大豆 乳) ビーフンスープ[豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] かぼちゃコロッケ(乳 小麦 大豆)
19 月	ごはん ふりかけ(味かつお) えのき汁 さんまの照り焼き	牛乳 ふりかけ(ごま 小麦 大豆) えのき汁[油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)] さんまの照り焼き[調味料(小麦 大豆)]
20 火	パン なすのミートスパゲティ ひじき入りツナサラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) なすのミートスパゲティ[スパゲティ(小麦 大豆 さけ) 鶏 豚 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ひじき入りツナサラダ[ツナ(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
21 水	ごはん マーボー豆腐 大学芋(2個)	牛乳 マーボー豆腐[豚 鶏 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] 大学芋[調味料(小麦 大豆)]
22 木	ハヤシライス フルーツポンチ	牛乳 ハヤシライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 りんご)] フルーツポンチ[ゼリー(りんご)]
23 金	パン クリームゴールド スコッチブロス ハンバーグ(マーレードソース)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) クリームゴールド(乳 大豆) スコッチブロス[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ハンバーグ[ハンバーグ(鶏 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆)]
26 月	ごはん ひじきのり じゃがもちのみそ汁 さけのごまだれかけ	牛乳 ひじきのり(小麦 大豆) じゃがもちのみそ汁[豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] さけのごまだれかけ[さけ ごま 調味料(小麦 大豆)]
27 火	パン 焼きそば コールスローサラダ(ドレッシング1本)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) 焼きそば[麵(小麦 大豆 豚) 豚 調味料(豚 大豆 りんご)] ドレッシング(大豆 卵)
28 水	ごはん 肉豆腐 ピリ辛もやし	牛乳 肉豆腐[鶏 豚 麩(小麦) 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] ピリ辛もやし[ハム(卵 乳 豚 大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
29 木	野菜とひき肉の夏カレー デラウェア	牛乳 野菜とひき肉の夏カレー[鶏 豚 調味料(小麦 大豆 豚 鶏 りんご)]
30 金	パン りんごジャム いろいろ野菜のトマトスープ 牛肉コロッケ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) りんごジャム(りんご) いろいろ野菜のトマトスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) いか 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 牛肉コロッケ(大豆 牛 小麦 乳 卵 りんご ゼラチン)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ ごま カシューナッツ

* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

* 一部 商品名を載せています。