

6月分予定献立表

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
きゅうしょくは、ありません。 6月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物 ねぎろ大唐、なす、トマト、きゅうり 冬瓜、小松菜、玉ねぎ、黒あわびたけ 人参、バレンシアオレンジ さがして みてね いわでしんのやさいは、ふとじでかいています。そうへいちゃんめじるしです。	○牛乳 □パン ソイチャウダー ○ベーコン ☆しめじ ○しろいんげんまめ ☆パセリ ○とうにゅう □じゃがいも ☆たまねぎ ポターシュルウ ☆にんじん コンソメ □※ドーナツがたコロツケ(2こ) 食(しょく)について かんがえてみよう。 6月は食育月間です! 683kcal	カルシウムたっぷり こんだて ○牛乳 □ごはん あつあげとわかめのみそしる ○あつあげ ☆こんにやく ○わかめ ☆えのきだけ ☆こまつな □じゃがいも ☆たまねぎ ○みそ ☆にんじん だしパック わふううめチキン(2こ) ○とりにく しょうゆ ☆うめ さとう さけ みりん かたくりこ す ○※こざかな(こぶくろ) 646kcal	さかなのほねに ちゅういしまししょう ○牛乳 □ごはん ちくぜんに ○とりにく ☆こんにやく ○ひらてん □ごまあぶら ☆にんじん しょうゆ ☆だいこん さとう ☆ごぼう さけ ☆いんげん みりん さばのゆずみそだれかけ ○さば みりん ○みそ さけ ☆ゆず かたくりこ さとう 714kcal	○牛乳 □ごはん タイビーエン ○ぶたにく ☆チンゲンサイ ○いか ☆しょうが ○うすらたまご □はるさめ ☆はくさい ちゅうかだし ☆キャベツ さけ ☆たまねぎ こしょう ☆にんじん スパイシーチキン ○とりにく しょうゆ ☆にんにく さとう ☆しょうが カレーこ しお 563kcal
10	11	12	13	14
○牛乳 てつぶんたっぷりキーマカレー □ごはん ☆しょうが ○ぶたにく ケチャップ ○とりにく カレールウ ○だいずにく コンソメ ○ぶたしパー ウスターソース ☆たまねぎ カレーこ ☆にんじん しょうゆ ☆にんにく さとう ☆ねごろおどろ ☆トマト ツナとチーズのサラダ ○ツナ □こめあぶら ○チーズ す ☆キャベツ さとう ☆きゅうり しょうゆ ☆とうもろこし しお 666kcal	○牛乳 □こくとうパン おおむぎいりやさいスープ ○ベーコン ☆しめじ ☆キャベツ □おむぎ ☆たまねぎ □じゃがいも ☆にんじん コンソメ ☆こまつな こしょう ※とうふハンバーグ(オニオンソース) ○※とうふハンバーグ ケチャップ ☆たまねぎ さとう ○バター ちゅうのうソース デミグラスソース あかワイン ☆バレンシアオレンジ わかやまけんさんです 621kcal	○牛乳 □ごはん てづくりふりかけ ○ちりめんじゃこ す ○かつおぶし みりん ○しおこんぶ しょうゆ □こま さとう こじる ○ぶたにく ☆ねぎ ○だいず ☆こんにやく ○とうふ □じゃがいも ☆はくさい □みそ ☆にんじん だしパック ☆たまねぎ ○※いわしのうめ ほねごとたべられます 641kcal	○牛乳 □※わかめごはん とうがんのみそしる ○あぶらあげ ☆キャベツ ○とうふ ☆しめじ ☆とうがん ○みそ ☆たまねぎ だしパック ☆にんじん ○※うのはなフライ 「とうがん」は、6がつ〜9がつに『しゅん』をむかえるやさいです。 590kcal	○牛乳 □げんりょうパン やきそば □やきそばめん ☆たまねぎ ○ぶたにく ☆にんじん ○ちくわ こしょう ☆キャベツ さけ きりぼしだいこんのサラダ ○とりにく □こま ☆きりぼしだいこん しょうゆ ☆きゅうり さとう ☆にんじん す ☆とうもろこし 597kcal
17	18	19	20	21
さかなのほねに ちゅういしまししょう ○牛乳 □ごはん ○※あじつけのり フォーのスープ □フォー ☆にら ○ぶたにく ☆しいたけ ○とりにく ☆しょうが ☆キャベツ さけ ☆チンゲンサイ ちゅうかだし ☆たまねぎ こしょう ☆もやし しろみぎかなのピリッとジャン ○たら しょうゆ ☆にんにく さとう ☆しょうが す ☆だいこん こしょう □こめあぶら かたくりこ トウバンジャン さけ 596kcal	○牛乳 □げんりょうパン こぼろスバゲッティ □スバゲッティ ☆えのきだけ ○ぶたにく ☆にんにく ○ベーコン □こめあぶら ☆こぼろ トウバンジャン ☆にんじん しょうゆ ☆キャベツ さとう ☆こまつな かみかみサラダ ○いか □こま ○とりにく □こめあぶら ○かんてん す ☆きりぼしだいこん さとう ☆きゅうり しょうゆ ☆キャベツ 603kcal	○牛乳 □ごはん こうやどようふのふくめに ○とりにく ☆こんにやく ○こうやどようふ さとう ○ひらてん しょうゆ ☆だいこん みりん ☆にんじん さけ ☆いんげん ※ぶたのてんぷら ○※ぶたにく しお こむぎこ さけ よくかんで 食べよう! 697kcal	○牛乳 マーボートマトなすどん □ごはん ☆しいたけ ○ぶたにく ☆しょうが ○とりにく ☆にんにく ○だいずにく ○みそ ○とうふ さとう ☆トマト しょうゆ ☆なす トウバンジャン ☆たまねぎ ちゅうかだし ☆ねぎ かたくりこ しそひじきあえ ☆キャベツ ☆にんじん ☆こまつな ○しそひじき 559kcal	○牛乳 □パン □※ミルメークココア ジュリエンスープ ○ベーコン ☆いんげん ☆たまねぎ ☆くろあわびたけ ☆にんじん □じゃがいも ☆キャベツ コンソメ ☆もやし こしょう ※やきウインナー(ビーンズソース) ○※ウインナー ☆たまねぎ ○とりにく ☆トマト ○ぶたにく トマトピューレー ○だいず ケチャップ ○しろいんげんまめ カレーこ 619kcal
24	25	26	27	28
○牛乳 □ごはん なつふたじる ○ぶたにく ☆にんじん ☆なす ☆しめじ ☆かぼちゃ ☆しょうが ☆とうがん ○みそ ☆たまねぎ だしパック ○※まぐろカツ 6がつから、なつのやさいがたくさん とうじょうするよ! 594kcal	○牛乳 □パン トマトビーンズ ○ぶたにく ☆トマト ○だいず □じゃがいも ☆たまねぎ トマトピューレー ☆にんじん ケチャップ ☆ブロッコリー コンソメ ☆なす さとう ☆しめじ ○※チキンのオープンやき(チーズ) 653kcal	○牛乳 いわでっこカレーライス □ごはん ☆ねごろおどろ ○とりにく □じゃがいも ☆たまねぎ カレールウ ☆にんじん うめフルーツポンチ 6がつだけの げんていあじふ □ゼリー ☆みかん ○かんてん ☆パイナップル ☆うめかじゅう ☆もも フルーツポンチと うめジュースを あわせています。 671kcal	○牛乳 □※げんりょうゆかりごはん ひやしうどん とりさきみのさっぱりサラダ □うどん ☆うめ ○とりにく ○かつおぶし ☆キャベツ □こま ☆きゅうり さとう ☆にんじん ぼんず ○※しゅうまい(2こ) ※めんつゆ(クラス2ほん) 721kcal	○牛乳 □パン なつのミネストローネ ○ベーコン ☆にんにく ☆ズッキーニ □じゃがいも ☆なす □マカロニ ☆トマト □オリーブゆ ☆たまねぎ トマトピューレー ☆キャベツ コンソメ ☆しめじ こしょう ☆※かぼちゃコロツケ 689kcal

□・・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(水)になりますので、よろしく願います。

* 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	
3 月		給食はありません
4 火	パン ソイチャウダー ドーナツ型コロッケ(2個)	牛乳 パン(小麦) ソイチャウダー[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 豆乳(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 乳)] ドーナツ型コロッケ(小麦 大豆)
5 水	ごはん 小魚(小袋) 厚揚げとわかめのみそ汁 和風梅チキン(2個)	牛乳 小魚(無) 厚揚げとわかめのみそ汁[厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 和風梅チキン[鶏 調味料(小麦 大豆)]
6 木	ごはん 筑前煮 さばのゆずみそだれかけ	牛乳 筑前煮[鶏 調味料(小麦 大豆 ごま)] さばのゆずみそだれかけ[さば 調味料(大豆)]
7 金	パン タイピーエン スパイシーチキン	牛乳 タイピーエン[豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] スパイシーチキン[鶏 調味料(小麦 大豆)]
10 月	鉄分たっぷりキーマカレー ツナとチーズのサラダ	牛乳 鉄分たっぷりキーマカレー[鶏 豚 大豆肉(大豆) 豚レバー(豚) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ツナとチーズのサラダ[チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆)]
11 火	黒糖パン 大麦と野菜のスープ バレンシアオレンジ 豆腐ハンバーグ(オニオンソース)	牛乳 黒糖パン(小麦) 大麦と野菜のスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] バレンシアオレンジ(オレンジ) 豆腐ハンバーグ(オニオンソース)[豆腐ハンバーグ(大豆 鶏 豚) バター(乳) 調味料(小麦 大豆 牛 豚)]
12 水	ごはん 手作りふりかけ 呉汁 いわしの梅煮	牛乳 手作りふりかけ[塩昆布(小麦 大豆) ごま 調味料(小麦 大豆)] 呉汁[豚 大豆 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)] いわしの梅煮(小麦 大豆)
13 木	わかめごはん 冬瓜のみそ汁 卵の花フライ	牛乳 わかめごはん(無) 冬瓜のみそ汁[油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)] 卵の花フライ(小麦 卵 大豆)
14 金	減量パン 焼きそば 切干し大根のサラダ	牛乳 減量パン(小麦) 焼きそば[焼きそばめん(小麦 大豆 鶏 豚 もも りんご) 豚] 切干し大根のサラダ[鶏 ごま 調味料(小麦 大豆)]
17 月	ごはん 味付けのり フォーのスープ 白身魚のピリっとジャン	牛乳 味付けのり(大豆) フォーのスープ[鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] 白身魚のピリっとジャン[調味料(小麦 大豆)]
18 火	減量パン ごぼうスパゲッティ かみかみサラダ	牛乳 減量パン(小麦) ごぼうスパゲッティ[スパゲッティ(小麦) 豚 ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆)] かみかみサラダ[いか 鶏 ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)]
19 水	ごはん 高野豆腐の含め煮 豚の天ぷら	牛乳 高野豆腐の含め煮[鶏 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] 豚の天ぷら[豚(豚 小麦 乳 大豆) 小麦]
20 木	マーボートマトなす丼 しそひじきあえ	牛乳 マーボートマトなす丼[鶏 豚 大豆肉(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] しそひじきあえ[しそひじき(大豆 小麦)]
21 金	パン ミルメークココア ジュリエンスープ 焼きウインナー(ビーンズソース)	牛乳 パン(小麦) ミルメークココア(大豆) ジュリエンスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 焼きウインナー(ビーンズソース)[ウインナー(鶏) 鶏 豚 大豆]
24 月	ごはん 夏豚汁 まぐろカツ	牛乳 夏豚汁[豚 調味料(大豆 さば)] まぐろカツ(小麦 大豆 豚)
25 火	パン トマトビーンズ チキンのオープン焼き(チーズ)	牛乳 パン(小麦) トマトビーンズ[豚 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] チキンのオープン焼き(小麦 乳 大豆 鶏)
26 水	岩出っ子カレーライス 梅フルーツポンチ	牛乳 岩出っ子カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏)] 梅フルーツポンチ[ゼリー(もも) もも]
27 木	減量ゆかりごはん 冷やしうどん 鶏ささみのさっぱりサラダ しゅうまい(2個) めんつゆクラス2本	牛乳 減量ゆかりごはん(無) 冷やしうどん 鶏ささみのさっぱりサラダ[うどん(小麦) 鶏 ごま 調味料(小麦 大豆)] しゅうまい(小麦 卵 えび かに ゼラチン 大豆 鶏 豚) めんつゆ(小麦 大豆)
28 金	パン いちごミックスジャム 夏のミネストローネ かぼちゃコロッケ	牛乳 パン(小麦) いちごミックスジャム(りんご) 夏のミネストローネ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] かぼちゃコロッケ(小麦 乳)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド
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28品目が食品に含まれていないことを意味します。

* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

* 一部 商品名を載せています。