



6月 学校給食献立表

令和8年度

中間市立小学校

日 曜	こ ん だ て	おもなしょくひん			エネルギー (kcal)	
		(あか) からだをつくるものになる しょくひん	(みどり) からだのちようしをとのえるものになる しょくひん	(きいろ) エネルギーのもとになる しょくひん		
1 月	ごはん	あつあげのカレーに きりほしだいこんのちゅうかさサラダ	ふたにく あつあげ きゅうりゅう ハム	トマト たまねぎ しょうが にんじん きりほしだいこん きゅうり もやし	こめ じゃがいも あぶら こむぎこ さとう ごまあぶら	616
2 火	しょくパン りんごジャム	スパゲティナポリタン ビーンズサラダ	ウインナー ツナ きゅうりゅう ひよこまめ あかいげんまめ チーズ あおえんどうまめ	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン コーン	パン りんごジャム オリーブオイル スパゲティ さとう	593
3 水	ごはん	さばのみそに すのもの はるさめじる	さば みそ きゅうりゅう かまぼこ しらすほし とうふ わかめ	にんじん キャベツ きゅうり ねぎ きりほしだいこん しいたけ	こめ さとう はるさめ	559
4 木	しょくパン チョコだいきりクリーム	とりにくとカシューナッツのあげに にらたまスープ	とりにく たまご きゅうりゅう ふたにく	ピーマン しょうが たまねぎ にら きくらげ しろねぎ	パン でんぶん チョコだいきりクリーム さとう カシューナッツ あぶら ごまあぶら	639
はとくちのけんこうしゅうかん						
5 金	ごはん	きびなごのからあげ そくせきつけ とりだんこのみそじる	とりにく みそ きゅうりゅう きびなご こんぶ	にんじん キャベツ きゅうり ねぎ ごぼう しいたけ たまねぎ	こめ こむぎこ あぶら ごま でんぶん	591
8 月	ごはん	にくじゃが やさいのみそマヨネーズあえ こんぶのつくだに	ぎゅうにく ちくわ きゅうりゅう みそ こんぶ	にんじん たまねぎ キャベツ いんげん きゅうり こんにゃく	こめ じゃがいも あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ ごま	590
9 火	よこわり まるパン	セルフバーガー (ハンバーグ、キャベツのマヨネーズあえ) クラムチャウダー	ぎゅうにく ふたにく きゅうりゅう ベーコン チーズ あさり なまクリーム	にんじん キャベツ きゅうり パセリ たまねぎ	パン さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも こむぎこ あぶら パンこ マーガリン	675
10 水	ごはん にゅうばい(8/11)	いわしのうめに ひじきのいために かぼちゃのみそじる	いわし ふたにく きゅうりゅう あぶらあげ みそ ひじき	にんじん いんげん たまねぎ えのきたけ かぼちゃ うめ こんにゃく ねぎ	こめ さとう あぶら	592
11 木	こくとう コッペパン	やしそば カムジャカビーンズ オレンジ	ふたにく てんぷら かつおしほ きゅうりゅう だいず きなこ	にんじん キャベツ たまねぎ ねぎ もやし オレンジ	こくとうパン あぶら ちゅうかめん でんぶん さとう	618
12 金	むぎごはん	チキンカレー アーモンドのサラダ	とりにく ハム きゅうりゅう ヨーグルト チーズ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご レーズン キャベツ きゅうり	こめ むぎ あぶら マーガリン じゃがいも こむぎこ オリーブオイル さとう アーモンド	641
15 月	むぎごはん	ちゅうかどんぶり はるまき ひじきとえだまめのすのもの	ふたにく いか きゅうりゅう えび かまぼこ ひじき	にんじん キャベツ たけのこ たまねぎ しいたけ しょうが しろねぎ えだまめ	こめ むぎ でんぶん あぶら ごまあぶら さとう こめこ こむぎこ	662
16 火	しょくパン いちご&マーガリン	ホキのマヨネーズやき こふさいも ミルファンティ	ホキ たまご きゅうりゅう ベーコン チーズ	にんじん しろねぎ たまねぎ パセリ	パン ノンエッグマヨネーズ いちご&マーガリン じゃがいも パンこ	555
17 水	しそごはん	かしわうどん こまつなのいためもの	とりにく きゅうりゅう かまぼこ ふたにく	あかしそ たまねぎ しいたけ にんじん ねぎ もやし こまつな	こめ さとう あぶら うどん	571
18 木	しょくパン くろまめきなこク リーム	ポテトミートグラタン やさいスープ	ぎゅうにく きゅうりゅう ふたにく チーズ ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ セロリ	パン じゃがいも くろまめきなこクリーム パンネ こむぎこ マーガリン あぶら	564
19 金	ジャンバラヤ せかいのはてまで行ってきゅうしょく ~アメリカ~	コロコロサラダ コーンクリームスープ ゼリー	とりにく ウインナー きゅうりゅう ハム ひよこまめ なまクリーム しろいんげんまめ	にんじん ピーマン たまねぎ マッシュルーム あかピーマン にんにく キャベツ パセリ きゅうり コーン	こめ さとう あぶら こむぎこ マーガリン ゼリー	663
22 月	ごはん	マーボーとうふ ハンサンスー	ぎゅうにく ふたにく きゅうりゅう だいず とうふ ハム みそ	ねぎ たまねぎ にんにく しょうが にんじん しろねぎ キャベツ きゅうり	こめ さとう あぶら ごまあぶら でんぶん はるさめ	641
23 火	ごはん おきなわいれいひ	おきなわうどん ゴーヤチャムプルー シークワサーゼリー	ふたにく かまぼこ きゅうりゅう たまご とうふ かつおぶし	ねぎ しょうが しろねぎ にんじん ゴーヤ もやし	こめ さとう あぶら うどん ゼリー	613
24 水	ごはん	あじのいそペフライ こんぶとあさりのいために けんちんじる	あじ ふたにく きゅうりゅう あさり とうふ こんぶ あぶらあげ あおさ	にんじん きりほしだいこん ごぼう いんげん だいこん しいたけ ねぎ こんにゃく	こめ さとう あぶら パンこ	588
25 木	キャロットパン	ポークビーンズ アスパラとキャベツのソテー	ふたにく だいず きゅうりゅう ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ トマト アスパラガス	キャロットパン あぶら じゃがいも さとう	585
26 金	ごはん	とりにくとレバーのパーベキューソースがらめ ぐだくさんみそじる	とりにく とりレバー きゅうりゅう とうふ みそ	にんじん りんご しょうが にんにく ねぎ レモン キャベツ こんにゃく ごぼう たまねぎ	こめ でんぶん あぶら さとう じゃがいも	615
29 月	むぎごはん	ドライカレー レンズまめのスープ	ふたにく とりレバー きゅうりゅう ベーコン レンズまめ	にんじん たまねぎ コーン トマト レーズン しょうが パセリ にんにく キャベツ	こめ むぎ あぶら こむぎこ じゃがいも	605
30 火	ミルクコッペパン	クリームシチュー やさいのソテー オレンジ	とりにく きゅうりゅう ウインナー チーズ なまクリーム	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン もやし オレンジ パセリ	ミルクパン あぶら じゃがいも マーガリン こむぎこ	555

☆ 天候または食材の都合、学校行事の変更、施設設備の都合により、献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。



6月は、アメリカ

6月の「世界のはてまで行って給食」は、「**アメリカ**」です。お楽しみに♪

○**ジャンバラヤ**

アメリカ南部で親しまれている、肉や野菜を入れて作る炊き込みご飯です。

○**コロコロサラダ**

アメリカの「チョップドサラダ」のように、具材を小さく切って食べやすくしたサラダです。

○**コーンクリームスープ**

コーンをたくさん育てているアメリカで親しまれている、クリーミーなスープです。