



2024 年度 6月分献立表



邑楽町立学校給食センター

歯と口の健康週間

にゅうばいこんだて
入梅献立

おはなし給食

まごやさいはニュー

おはなし給食



日	曜	献立名		体をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー	たんぱく質	脂質
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油 脂	Kcal	g	g
3	月	ご飯 天井のたれ 牛乳	えびいかかき揚げ 大豆の五目煮 邑楽町産新玉ねぎのみそ汁	えび いか 大豆 とり肉 さつま揚げ 豆腐 みそ	牛乳 わかめ	にんじん 小松菜	こんにゃく 玉ねぎ ねぎ	ご飯 小麦粉 砂糖 じゃがいも	油	684	24.3	24.2
4	火	パーカーハウス 牛乳	イタリアンハンバーグ 茎わかめのサラダ 根菜のスープ	とり肉 ぶた肉 ツナ 大豆 ウインナー	牛乳 チーズ 茎わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり コーン ごぼう 大根 玉ねぎ	パン じゃがいも	ドレッシング 油	606	25.9	26.3
5	水	ご飯 牛乳	たららのスタミナ漬け 黄金煮 切干大根入りみそ汁	たら 厚揚げ ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん ほうれん草	こんにゃく 玉ねぎ 切干大根 もやし えのきたけ にんにく	ご飯 じゃがいも 砂糖 片栗粉	油	588	27.3	14.7
6	木	ご飯 牛乳	プルコギ ちぢみ 春雨スープ	ぶた肉 豆腐 とり肉	牛乳	にんじん にら チンゲンサイ	玉ねぎ もやし にんにく ねぎ たけのこ キャベツ	ご飯 砂糖 片栗粉 春雨 米粉	ごま油 ごま 油	646	25.6	19.7
7	金	ゆめロール 牛乳	ペンネボロネーゼ ごぼうサラダ 甘夏	大豆 ぶた肉 かつおぶし	牛乳	にんじん ピーマン トマト	玉ねぎ にんにく ごぼう きゅうり 大根 コーン 甘夏	パン ペンネ 砂糖	油 砂糖 マヨネーズ	692	27.0	29.0
10	月	ご飯 牛乳	いわしの梅煮 肉じゃが煮 豆腐とねぎのみそ汁	いわし かつおぶし ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん ほうれん草	玉ねぎ しらたき 枝豆 大根 ねぎ もやし	ご飯 じゃがいも 砂糖	油	603	25.0	17.4
11	火	背割りコッペパン 牛乳	スラッピージョー ツナサラダ ABC スープ	大豆 ぶた肉 ツナ ベーコン	牛乳	にんじん ピーマン トマト ほうれん草	玉ねぎ にんにく きゅうり コーン キャベツ	パン じゃがいも 砂糖 マカロニ	油 ごま油	640	30.5	23.6
12	水	ご飯 牛乳	チキンカレー コーンサラダ オレンジ	とり肉	牛乳 チーズ	にんじん	しょうが にんにく 玉ねぎ ブルーベリー りんご キャベツ きゅうり コーン オレンジ	ご飯 じゃがいも 砂糖	油 ごま油	642	19.5	19.3
13	木	ご飯 牛乳	なす入りマーボー豆腐 大豆もやしのナムル 焼き餃子(1. 2. 2)	豆腐 ぶた肉 みそ	牛乳	にんじん にら ほうれん草	玉ねぎ なす たけのこ しょうが にんにく もやし キャベツ	ご飯 砂糖 片栗粉 小麦粉	ごま油 ごま ラー油	641	23.4	19.2
14	金	丸パン 牛乳	ソースメンチかつ チーズサラダ シェルマカロニのスープ	ぶた肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん 小松菜	キャベツ きゅうり 玉ねぎ コーン	パン パン粉 砂糖 片栗粉 マカロニ 小麦粉	油 ドレッシング	625	23.8	21.3
17	月	ご飯 牛乳	和風きんぴら包み焼き 野菜のごま和え とん汁	ぶた肉 豆腐 みそ とり肉	牛乳	にんじん ほうれん草	ごぼう もやし 玉ねぎ ごぼう キャベツ にんにく こんにゃく 大根 ねぎ しいたけ	ご飯 砂糖 じゃがいも	ごま 油	618	24.4	18.7
18	火	黒コッペパン 牛乳	オムレツミートソースかけ アスパラサラダ コーンポタージュ	卵 いんげん豆 ぶた肉 大豆	牛乳 生クリーム	にんじん ピーマン アスパラガス パセリ	玉ねぎ キャベツ コーン	パン 砂糖	油 ごま ごま油	653	24.3	26.8
19	水	ご飯 牛乳	あじフライ ビーフンのサラダ もずくスープ	あじ ツナ ベーコン 豆腐 卵	牛乳 もずく	にんじん チンゲンサイ	キャベツ きゅうり えのきたけ	ご飯 小麦粉 パン粉 ビーフン	油 ドレッシング ごま	657	27.7	19.0
20	木	ご飯 牛乳	ぶた肉とごぼうのシャキシャキ丼の具 ブロッコリーとチーズのおかか和え じゃがいもとわかめのみそ汁	ぶた肉 かつおぶし 豆腐 みそ	牛乳 チーズ わかめ	にんじん ブロッコリー	ごぼう 玉ねぎ しらたき	ご飯 砂糖 じゃがいも	ごま油 ごま	603	27.	15.6
21	金	ブランコッペ 牛乳	夏野菜のシチリア風スパゲッティ ウインナー(1. 2. 2) アセロラジュレ	ぶた肉 ベーコン ウインナー	牛乳	にんじん トマト ピーマン	にんにく 玉ねぎ なす みかん パイナップル 黄桃	スパゲッティ パン	油	671	24.9	23.3
24	月	ご飯 牛乳	五目うま煮丼の具 春巻き 中華スープ	ぶた肉 いか えび 豆腐 とり肉	牛乳 わかめ	にんじん 小松菜	キャベツ 玉ねぎ たけのこ しいたけ にんにく しょうが ねぎ もやし	ご飯 片栗粉 春雨 小麦粉	油 ごま油 ごま	655	24.3	22.3
25	火	キャロットパン 牛乳	肉団子(2) カレージャーマン かぶ入りコンソメスープ	ベーコン とり肉 ウインナー	牛乳	パセリ にんじん かぶの葉 チンゲンサイ	玉ねぎ コーン かぶ キャベツ	パン じゃがいも マカロニ	油 バター	602	25.0	24.6
26	水	ご飯 牛乳	韓国風焼き肉 ブロッコリーの中華和え なると入りわかめスープ	ぶた肉 豆腐 なると	牛乳 わかめ	にんじん ブロッコリー	玉ねぎ ねぎ にんにく たけのこ しいたけ	ご飯 砂糖	ごま ごま油	621	26.6	19.4
27	木	ご飯 牛乳	ホッケの一夜干し しらたきのチャブチェ 油揚げとじゃがいものみそ汁	ホッケ とり肉 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン にら 小松菜	しらたき 玉ねぎ しいたけ にんにく ねぎ	ご飯 砂糖 じゃがいも	ごま油 ごま	620	28.5	19.7
28	金	食パン いちごジャム 発酵乳	かぼちゃのひき肉フライ シーザーサラダ トマトスープ	とり肉 大豆 ぶた肉	発酵乳 チーズ	かぼちゃ にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン 大根 にんにく 玉ねぎ	パン じゃがいも 小麦粉 パン粉 クルトン 砂糖 マカロニ ジャム	油 ドレッシング オリーブ油	606	22.3	16.9

上段：小学校
下段：中学校

※お米はすべて邑楽町産を使用しています。

※太字は邑楽町産のものを使用予定です。※都合により献立および食材料を変更する場合がありますのでご了承ください。

6月4日~10日は歯と口の健康週間です!

給食センターでは、6月3日~7日にかみかみ料理を提供します。かみごたえのある料理に線が引いてあります。各クラスで、よくかもう!と呼びかけよう!