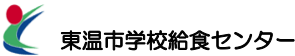


6月

学校給食献立予定表

【献立表示のお知らせ】
献立表日付の項目に、下記のマークが入っている日は特別メニューです。
♡ 行事食 ☆旬の献立 ♪愛媛FCコラボメニュー
◆愛媛県の郷土料理



日曜	献立名	主 な 材 料 名			栄養価		
		赤 おもに血や肉、骨 をつくるもの	緑 おもに体の調子を 整えるもの	黄 おもに熱や力のもと になるもの	14kcal	たんぱく	脂質
					kcal	g	%
2月	白ご飯 牛乳 切干大根の旨煮 いかのさらさ揚げ ゆず風味漬け	牛乳 鶏肉 厚揚げ いか わかめ	切干大根 にんじん ごぼう 長ねぎ 枝豆 しょうが キャベツ きゅうり ゆず	米 こんにゃく 砂糖 でんぷん 菜種白絞油	小 637	25.9	23.2
					中 785	30.4	21.0
3火	白ご飯 牛乳 筑前煮 さばのみそ煮 おひたし	牛乳 鶏肉 ちくわ 昆布 さば 赤みそ 麦みそ	ごぼう にんじん たけのこ 枝豆 しょうが 小松菜 キャベツ もやし	米 さといも こんにゃく 米油 砂糖	小 662	27.6	25.3
					中 822	32.6	23.5
4水☆	コッペパン 牛乳 カレービーンズ 小煮干しの磯風味 アスパラガスサラダ	牛乳 大豆 豚肉 豆乳 小煮干し 青のり ロースハム	玉ねぎ にんじん にんにく 枝豆 キャベツ コーン グリーンアスパガス きゅうり	パン じゃがいも 米油 砂糖 黒砂糖	小 625	30.8	28.1
					中 806	38.1	25.6
5木	白ご飯 牛乳 わかめスープ もち麦入り プチプチ肉団子の甘酢煮 もやしのナムル	牛乳 わかめ 豆腐 もち麦入り プチプチ肉団子	えのき茸 玉ねぎ 葉ねぎ にんじん ピーマン れんこん もやし きゅうり きくらげ	米 ごま油 米油 砂糖 でんぷん ごま	小 617	21.7	20.4
					中 790	26.0	17.8
6金♡	米粉パン 牛乳 ジュリアンヌスープ ホキの磯辺揚げ もぐもぐビーンズサラダ (中) ヨーグルト	牛乳 ベーコン ホキ 青のり レッドキドニー マローファットピース ガルパンソー ツナ 大豆 (中) ヨーグルト	玉ねぎ にんじん キャベツ チンゲン菜 きくらげ パセリ コーン ブロッコリー	米粉パン じゃがいも 米粉 でんぷん 菜種白絞油	小 609	24.7	30.6
					中 812	31.6	26.8
9月♡	白ご飯 牛乳 豆腐の五目あんかけ アーモンド入り かみかみチップス ブロッコリーのおかか和え	牛乳 豆腐 豚肉 小煮干し 昆布 かつお節	たけのこ にんじん 干ししいたけ もやし しめじ 葉ねぎ しょうが キャベツ ブロッコリー	米 米油 砂糖 でんぷん アーモンド	小 630	26.9	24.1
					中 806	32.5	21.4
10火	白ご飯 牛乳 親子丼 ちくわのゆかり揚げ キャベツと油揚げの和え物	牛乳 鶏肉 卵 ちくわ 油揚げ	干ししいたけ 玉ねぎ にんじん 葉ねぎ ゆかりご飯の素 キャベツ もやし きゅうり	米 米粉 菜種白絞油 砂糖	小 607	27.9	24.3
					中 787	33.2	21.0
11水	スイートポテトパン 牛乳 ポトフ 鶏肉のバジル焼き ひじきサラダ	牛乳 ウィンナー 鶏肉 ひじき	大根 玉ねぎ エリンギにんじん キャベツ パセリ トマト バジル にんにく きゅうり コーン	パン バター さつまいも 砂糖 じゃがいも オリーブ油 米油	小 647	25.1	31.2
					中 818	31.9	30.7
12木☆♡	田植えの混ぜご飯 牛乳 新玉ねぎのみそ汁 お好み天 キャベツのおひたし	豚肉 ちりめん 昆布 油揚げ 牛乳 豆腐 わかめ 麦みそ 魚すり身 大豆 たこ かつお節	たけのこ にんじん 枝豆 玉ねぎ えのき茸 葉ねぎ キャベツ 小松菜	米 米油 砂糖 じゃがいも 米粉 でんぷん 菜種白絞油	小 619	26.4	27.6
					中 797	31.9	24.5
13金	白ご飯 牛乳 ハヤシライス アーモンドいりこ だいこんサラダ	牛乳 牛肉 豚肉 豆乳 小煮干し	玉ねぎ にんじん にんにく トマト きゅうり 大根 コーン	米 じゃがいも 米油 黒砂糖 アーモンド 砂糖	小 641	21.8	25.6
					中 810	25.9	23.0
16月♪	もち麦ご飯 牛乳 東温汁 豚肉のしょうが焼き キャベツの和え物	牛乳 鶏肉 厚揚げ 豚肉	たけのこ 干ししいたけ にんじん 長ねぎ 玉ねぎ にんにくの芽 しょうが キャベツ 小松菜 もやし	米 もち麦 さといも 米粉 もち麦粉 米油 砂糖	小 614	28.2	19.9
					中 792	33.7	17.2

【保護者の皆さまへ】 物資の都合により、材料や献立が変更になることがあります。
食物アレルギーなどの心配のある方は、献立のご確認をお願いします。
*骨ごと食べられる魚やちりめんなど、漁獲方法や加工方法等によりえび・いか
オキアミ等のコンタミネーションの恐れがあります。

