

6月分 予定献立表

兵庫小学校

日曜	献立名	食品名			調味料
		おもに体をつくる	おもにエネルギーになる	おもに体の調子を整える	
3 (月)	ミルクパン 牛乳 人参入りポタージュスープ (除去食：人参スープ煮)	牛乳1本 とり肉30 牛乳40	ミルクパン(小麦・乳) レモンゼリー 油 じゃがいも30	たまねぎ40にんじんピューレ 20コーン5あおめ5	ブイヨン塩こし ホウワイトルウ
	わかめサラダ ゼリー	わかめ0.2 ロースハム(卵・乳なし)3	野菜いっぱいドレッシング(小麦) 和風ドレッシング(小麦)	キャベツ15 きゅうり15 にんじん5 こまつな4	酒 しょうゆ 中華だし
4 (火)	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 春雨入り中華風スープ	牛乳1本 豚肉25 豆腐50 味噌 鶏肉15	ごはん 砂糖1 砂糖 ごま油 かたくり粉 ごま油 はつさめ6	たまねぎ30 たけのこ10 ねぎ2 にんにく しょうが ほししいたけ もやし10にんじん8 たまねぎ20	酒 しょうゆ トウバンジャン 塩 酒 しょうゆ
	ミニミルクパン 牛乳 和風ちゃんぽん	牛乳1本 豚肉20 かまぼこ(卵なし)7	ミルクパン(小麦・乳) ちゃんぽん65 油1	もやし15キャベツ20にんじん8 ねぎ3玉ねぎ20きくらげ0.1	塩 酒 しょうゆ
5 (水)	ツナサラダ チーズ(代替食：無し)	ツナ7 チーズ1こ(乳)	和風ドレッシング(小麦) 野菜いっぱいドレッシング(小麦)	キャベツ15きゅうり20 パプリカ2	赤
	6 (木)	ミルクパン 牛乳 ハンバーグ フライドポテト 野菜スープ サラダ 果物 小さいデザート	牛乳1本 ハンバーグ(乳・卵なし)60 じゃがいも30 油 牛肉15 かんきつドレッシング ガトーショコラ(乳・卵なし)	ミルクパン(小麦・乳) たまねぎ30にんじん10パセリ0.5 キャベツ10きゅうり20コーン5 パプリカ赤2 オレンジ1/4こ	ソース ケチャップ チキンブイヨン 塩こしょう
7 (金)	キムチと沢庵のチャーハン すまし汁 牛乳 ほき天ぷら	豚ひき肉30 かまぼこ(卵なし)5 牛乳1本 ホキ天ぷら(小麦)	ごはん ごま油0.4 油	白菜キムチ12玉ねぎ10 たくあん5にんじん5 玉ねぎ20にんじん10しめじ3 えのきだけ3小松菜4	塩 しょうゆ かつおぶし 塩 酒 しょうゆ
	11 (火)	ごはん 牛乳 ハヤシライス 海藻サラダ (除去食：和風ドレッシングのみのサラダ)	牛乳1本 豚肉40 海藻ミックス0.5 ツナ10	ごはん 油0.3 じゃが芋20 ナムルドレッシング(小麦・ごま) 和風ドレッシング(小麦)	たまねぎ55にんじん10マッシュルーム しめじ3にんにく0.3トマト缶10 キャベツ10きゅうり15 赤パプリカ2コーン5
12 (水)	ミニミルクパン牛乳 野菜ちゅうかめん 胡瓜の香味付け シューマイ	牛乳1本 豚肉20 ちくわ3(卵・乳なし) 油揚げ2 かまぼこ(乳・卵なし) シューマイ2個(小麦)	ミルクパン(小麦・乳) ちゃんぽん麺67 油0.3 ごま油0.2 ごま油0.2 砂糖	にんにく0.2たまねぎ20にんじん8 キャベツ20 ねぎ2 きくらげ きゅうり25 セロリ2	ガラスープ塩こしょう す しょうゆ
	13 (木)	麦ごはん 牛乳 魚のフライ 切干大根の煮物 実だくさんのみそ汁	牛乳1本 魚のフライ(小麦) 油揚げ1 厚揚げ10 みそ9	麦ごはん 油 砂糖0.7 油0.2 ふ1	切干大根4にんじん10 つきこんにゃく5しいたけ0.5青豆2 こまつなだいこん10しめじ3 にんじん5玉ねぎ20ねぎ3
14 (金)	ごはん 牛乳 うま煮 豚肉とまいたけの炒め物 チーズ(代替食：無し)	牛乳1本 とり肉30 豚肉10 チーズ1こ(乳)	ごはん 砂糖1 じゃがいも65 砂糖 油0.3	しいたけ0.2 青豆3 玉ねぎ40こんにゃく20にんじん10 まいたけ5玉ねぎ20小松菜10 たけのこ10にんじん5しょうが0.3	しょうゆ 酒 オイスターソース しょうゆ
	17 (月)	はちみつバタートースト 牛乳 (除去食：食パン) ミネストローネ キャベツソテー ヨーグルト(除去食：みかんゼリー)	牛乳1本 ヨーグルト とり肉15大豆10 豚肉10	食パン(小麦・乳)バター7 グラニュー糖 はちみつ マカロニ(小麦)5じゃが芋20 油0.3	玉ねぎ20にんじん10セロリ0.7 パセリ0.5 トマト缶5にんにく0.1 キャベツ25 にんじん10

6月分 予定献立表

兵庫小学校

日曜	献立名	食 品 名			調味料
		おもに体をつくる	おもにエネルギーになる	おもに体の調子を整える	
18 (火)	ごはん 牛乳	牛乳1本	ごはん		
	いわしの梅煮	いわしの梅煮40			
	おかかいため	ちくわ(卵なし)5かつおぶし	油0.3	もやし10にんじん5キャベツ20ほうれん草10	塩しょうゆ
	じゃがいものみそ汁	厚揚げ15みそ9	じゃがいも15	玉ねぎ20にんじん5えのき5ねぎ2	いりこ
19 (水)	ミルクパン 牛乳	牛乳1本	ミルクパン(小麦・乳)		
	カレーうどん	豚肉20	うどん(小麦)70 油0.3	玉ねぎ20キャベツ20にんじん5ねぎ5	ケチャップカレールウ(乳無し)
	シーフードサラダ	海そうミックス1ツナ5	野菜ドレッシング和風(小麦)3	だいこん15きゅうり15コーン5	
		オーシャンキング5	和風ドレッシング(小麦)3		
20 (木)	ごはん 牛乳	牛乳1本	ごはん		
	魚のかわり焼き	白身魚40	エッグケア10	にんじんピューレ5コーン5	酒 塩
	茎わかめの煮物	豚肉10大豆10茎わかめ1	砂糖1 ごま油	にんじん5むぎ枝豆3 つきこんにゃく10	しょうゆ みりん
	みそ汁	みそ9 油揚げ2 豆腐20		なす7玉ねぎ20えのき4しめじ3 ねぎ3	いりこ
佐賀みかんゼリー			佐賀みかんゼリー		
21 (金)	ごはん 牛乳	牛乳1本	ごはん		
	じゃが芋豚キムチ	豚肉30	じゃが芋50 砂糖1	玉ねぎ40にんじん10ごぼう6	しょうゆ 酒
	海藻サラダ		油1	こんにゃく15青豆5キムチ10しめじ5	
		海そうミックス0.5ツナ8	しそドレッシング(小麦) 和風ドレッシング(小麦)	キャベツ20きゅうり10にんじん6	
24 (月)	食パン 牛乳	牛乳1本	食パン(小麦・乳)		
	照り焼きチキンパティ	照り焼きチキンパティ(乳・卵なし)			
	野菜ソテー	ベーコン(卵・乳)2		キャベツ30ピーマン5にんじん5	塩こしょう
	パンプキンスープ (除去食:スープ煮)	とり肉20		玉ねぎ40 にんじん10 かぼちゃピューレ26パセリ0.3	塩こしょう ホホワイトルウ
25 (火)	ごはん 牛乳	牛乳1本	ごはん		たまりしょうゆ
	そばろ	とりひき肉45	砂糖1	青豆5 しょうが1	
	ほうれん草の炒め物	ベーコン(卵・乳なし)3	油0.3	ほうれん草25もやし20にんじん5	しょうゆ 塩
	すまし汁	豆腐10 かまぼこ(卵なし)		小松菜5玉ねぎ20にんじん8ねぎ2	かつお節 塩 醤油 酒
26 (水)	ミルクパン 牛乳	牛乳1本	ミルクパン(小麦・乳)		
	スパゲティナポリタン	豚肉20ベーコン(卵・乳なし)2	スパゲティ(小麦)31 オリーブオイル0.4	玉ねぎ30にんじん5トマト缶19 にんにく0.2ほうれん草6	ケチャップ ソース 塩 こしょう
	ツナサラダ	ツナ10	和風ドレッシング(小麦)	きゅうり15キャベツ20コーン3	
	ごはん 牛乳	牛乳1本	ごはん 砂糖1		
27 (木)	鶏肉の照り焼き	鶏むね肉40	砂糖	しょうが0.2 にんにく0.2	しょうゆみりん
	ごぼうの煮つけ	豚肉7	砂糖0.5 ごま油0.2	ごぼう20にんじん8青豆5 つきこんにゃく10	しょうゆ酒
	すまし汁	かまぼこ(卵なし)わかめ0.4	麩1	にんじん6えのき7こまつな5	かつお節 塩 しょうゆ
	ごはん 牛乳	牛乳1本	ごはん	トマト缶4にんにく0.3チャツネ	乳油 ソリアー加味
28 (金)	佐賀わかすポーク入りカレー	豚肉30	オリーブオイル0.5じゃがいも35	玉ねぎ60にんじん15	ケチャップ
	ハムと野菜のサラダ	ハム(乳卵無し)3	野菜ドレッシング和風5	キャベツ30 コーン10 きゅうり10	