

6月の予定献立表 (前半)

☆今月の目標



手をきれいに洗い、衛生に気をつけて食事をしよう！



令和3年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

日付	献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)
		(あか)		(みどり)		(きいろ)			
		おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちようしをとのえるものになる	おもにエネルギーのものになる	おもにエネルギーのものになる	おもにエネルギーのものになる	おもにエネルギーのものになる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・大豆 ・大豆製品	牛乳・小魚 ・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 ・きのこ・果物	穀類・いも類 ・砂糖	油脂		たんぱく質 (g)
◎	開校記念日お祝い献立・・・6月1日は、本校の開校記念日です☆今年で開校から43年目を迎えます。								
1 (火)	ちらし寿司・牛乳	とりにく・たまご・しるみ さかなのでんぶ	ちりめんじゃこ・(こん ぶ)・ぎゅうにゅう	にんじん・きぬさや	きりぼしだいこん・ごぼう・ほし しいたけ・れんこん	こめ・さとう		酢・酒・醤油・みりん・ 塩	854
	アーモンド和え	みそ		ほうれんそう・にんじん	もやし	さとう	アーモンド	みりん	
	紅白つみれのすまし汁	すけそうだら・たまご・ えび・たら・ほき・(かつ おぶし)	(こんぶ)	みつば	えのきたけ・たまねぎ・しょうが	はるさめ・でんぶん・さ とう・ばんこ		醤油・酒・塩・他	31.7
	プリン	たまご(粉)	ぎゅうにゅう・なまク リーム・かんてん		さくらんぼ	さとう・コンスターチ		塩・他	
2 (水)	きなこあげパン・牛乳	きなこ	スキムミルク ぎゅうにゅう			こむぎこ・さとう	マーガリン・ 油	イースト・塩	838
	ウインナー	ウインナー							
	きゅうりとごぼうのサラダ	たまご・かにぶらみか まほこ		にんじん	ごぼう・きゅうり	さとう		青じそ・クリーム・レシ ング・だし汁・醤油・ 塩・コンソメ・コンソウ・オレガ ノ・パルメザン粉・(鶏骨・ロー リエ)	35
	トマトクリームスープ	えび・いか・かいばし ら・ベーコン	ぎゅうにゅう・なまク リーム	トマト・にんじん・パセリ	キャベツ・たまねぎ・にんにく・ (セロリ)	じゃがいも・こむぎこ・ さとう	オリーブ油		
3 (木)	麦ごはん・牛乳	とりにく・あから・たま ご・みそ	ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			780
	松風焼き(のりしそ風味)	とりにく・あから・たま ご・みそ	のり	あおじそ	たまねぎ	ばんこ・さとう	ごま	酒・醤油・塩	
	五目煮	ぶたにく・こうやど う・ちくわ	こんぶ	にんじん・いんげん	ごぼう・たけのこ・こんにやく・ほ しいたけ	さといも		だし汁・醤油・みりん・ 酒・醤油・酒・塩	40.4
	すまし汁	かまほこ	わかめ・(にほし・こん ぶ)	こねぎ	しめじ	ふ			
◎	6月4日～10日は『歯と口の健康週間』 かみかみ献立・・・噛みこんだえのある食品やカルシウムを多く含む食品を積極的に摂って丈夫な歯をつくろう！								
4 (金)	ナムル丼・牛乳	ぎゅうにゅう・ぶたにく・と りにく・(かつおぶし)	(こんぶ) ぎゅうにゅう	ほうれんそう・にんじん	はくさい・もやし・しょうが・にんに く・たまねぎ・りんご	こめ・むぎ・さとう	ごま油・ご ま	塩・醤油・みりん・酒・コ シヤ・豆板醤・唐辛 子・他	800
	かみかみサラダ	たか		にんじん	きゅうり・きりぼしだいこん・レモ ン	アーモンド・さとう	オリーブ油	酢	
	トマトと卵のスープ	たまご		トマト・こねぎ・(にんじん)	たまねぎ・(セロリ)			醤油・酒・塩・コショウ・ (鶏骨・ローリエ)	39.1
	かみかみ黒糖ビーンズ	大豆	スキム ミルク			ことう・さとう			
7 (月)	麦ごはん・牛乳	とりにく・あから・たま ご・みそ	ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			793
	ミンチポテト	ぎゅうにゅう・ぶたにく・と りにく・たまご	スキムミルク		たまねぎ・にんにく	じゃがいも・こむぎこ・ さとう		ケチャップ・ソース・醤油・ウイ ン・塩・コショウ・ナツメグ・コン ソメ	793
	こんにやくと野菜の炒め物	やきぶた		こまつな・にんじん	れんこん・こんにやく・とうもろこ し・しょうが	さとう	ごま・ごま 油	醤油・酒	32.2
	みそスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう	かぼちゃ・こねぎ・(にんじ ん)	キャベツ・たまねぎ・しめじ・(セ ロリ)			酒・(鶏骨・ローリエ)	
8 (火)	ごはん・牛乳	とりにく	ぎゅうにゅう			こめ			721
	鮭のクリームコーン焼き	さけ	なまクリーム・ぎゅう にゅう・スキムミルク	パセリ	とうもろこし・たまねぎ	こむぎこ・でんぶん・さ とう	オリーブ油・ バター	マヨネーズ・ウイン・みりん・ 塩・コショウ・他	
	きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう		にんじん・いんげん	ごぼう・こんにやく	さとう	ごま・油	醤油・だし汁・みりん	33.0
	みそ汁	あぶらあげ・みそ	(にほし)	にら	なす・たまねぎ・しめじ			酒	
9 (水)	ミートボールカレー・牛乳	ぎゅうにゅう・ぶたにく・と りにく	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん・グリーンピース	たまねぎ・りんご・しょうが・にん いんく	こめ・むぎ じゃがいも・ばんこ・で んぶん	オリーブ油	カレールー・ウイン・ケチャップ・ ソース・醤油・塩・コショウ・ カレー粉・(鶏骨・豚骨) 他	813
	イカと海藻のサラダ	いか	かんてん・きわかめ・ こんぶ・しるきりんさ い・わかめ・あかつの また・あおつのまた	キャベツ	きゅうり・とうもろこし	ごま		棒々鶏・レシグ	26
	果物(メロン)				メロン				
10 (木)	たこ飯・牛乳	たこ	(こんぶ) ぎゅうにゅう	にんじん・えだまめ	ごぼう・しょうが	こめ		醤油・酒・塩・みりん	691
	鶏肉の唐揚げ	とりにく			にんにく・しょうが	こむぎこ・でんぶん	油	酒・マヨネーズ・塩・コショウ	
	切干大根のしそマヨネーズ和え	ちくわ		あかしそ	きりぼしだいこん・きゅうり・キャ ベツ			マヨネーズ・醤油・塩・梅 酢	32.1
	きわかめのすまし汁	かまほこ・(かつおぶ し)	きわかめ・(にほし・こ んぶ)	こねぎ	干しいたけ	ふ		醤油・酒・塩	
11 (金)	皿うどん・牛乳	ぶたにく・いか・えび・ かまほこ・ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん・ほねぎ	キャベツ・もやし・たまねぎ・ほし しいたけ	あげちゅうかめん・で んぶん・さとう	油・ごま油 ごま・ごま 油	醤油・酒・塩・コショウ・ (鶏骨・豚骨)	758
	たたききゅうり		ちりめんじゃこ		きゅうり・しょうが			醤油・みりん	32.9
	手作り肉まん	ぶたにく・とりにく・みそ			たけのこ・ねぶかねぎ・ほししい たけ・しょうが	こむぎこ・はるさめ・で んぶん・さとう	ごま油	醤油・かき油・塩・コショ ウ・ペーキングパウダー	
◎	6月14日～18日は『地産地消強化週間』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します！								
14 (月)	伊万里産黒米ごはん・牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・くるまい			748
	鶏肉と大豆の煮物	とりにく・だいず		にんじん・いんげん	こんにやく・たけのこ・れんこん・ しょうが	でんぶん・さとう	油	醤油・酒	
	きゅうりとわかめの酢の物		ちりめんじゃこ・わかめ	あおじそ	きゅうり・しょうが	さとう		酢・醤油	37.2
	みそ汁	とうふ・みそ	(にほし)	グリーンアスパラガス	たまねぎ	じゃがいも		酒	
	さがみかんゼリー			みかん		みずあめ		酸味料・他	
◎	佐賀県産魚・食べて応援！献立・・・佐賀県玄海地区広域水産業再生委員会より無償提供の養殖真鯛を使用します！								
15 (火)	麦ごはん・牛乳	とりにく	ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			653
	県産養殖マダイの梅みそ焼き	まだい・みそ		あおじそ	うめぼし・しょうが	さとう		酒・みりん・塩	
	のりマヨネーズ和え	ちくわ	のり	いんげん・にんじん	もやし・きゅうり			マヨネーズ・醤油・みりん	
	かき玉汁	とうふ・とりにく	(にほし・こんぶ)	みずな・こねぎ	たまねぎ			醤油・酒・塩	33.2

6月の予定献立表 (後半)

☆今月の目標



手をきれいに洗い、衛生に気をつけて食事をしよう!



日付	献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)
		(あか)		(みどり)		(きいろ)			
		おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちようしをとのえるものになる	おもにエネルギーのもとになる	おもにエネルギーのもとになる	おもにエネルギーのもとになる	おもにエネルギーのもとになる		
1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)			
		魚・肉・大豆 ・大豆製品	牛乳・小魚 ・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 ・きのこ・果物	穀類・いも類 ・砂糖	油脂		
◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!	◎ 6月14日~18日は『 地産地消費強化週間 』・・・伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します!
16 (水)	照焼チキンチーズバーガー・牛乳 チリコンカン フルーツヨーグルト	とりにく・みそ ぶたにく・ワインナー・ だいず・だいふく・まめ・ きんときまめ	チーズ・スキムミルク スキムミルク ヨーグルト	グリーンアスパラガス・ ピーマン にんじん・いんげん・パセ リ	キャベツ たまねぎ・しめじ・(セロリ) おうとう・みかん・パイン	こむぎこ・さとう ショートニング・ マーガリン バター・オリ ブ油 ナタデココ・さとう	しょうゆ・塩・醤油・ケチャ ップ・みりん・マヨネーズ・か らし・コショウ ケチャップ・デミグラス・ス ース・ワイン・カレー粉・塩・ コショウ・(鶏骨・ローリエ)	832	
17 (木)	伊万里産もち麦ごはん・牛乳 ハンバーグ アスパラガスとひじきのサラダ 昆汁	ぎゅうにく・ぶたにく・と りにく・たまご	ぎゅうにく ぎゅうにく	グリーンアスパラガス・に んじん かぼちゃ・こまつな・にん じん・こねぎ	たまねぎ きゅうり たまねぎ・ほししいたけ	こめ・もちむぎ(ダイシ 玉子) ばんこ・さとう	ケチャップ・ワイン・焼肉のタ レ・醤油・みりん・コショウ 県産トマトレタダ・だし 汁・醤油	887 45.4	
18 (金)	伊万里産もち麦ごはん・牛乳 五目たまご焼 切干太根のケチャップ煮 沢煮鮎 びわのシロップ漬	たまご・とりにく ベーコン ぶたにく・(かつおぶし)	ぎゅうにく ちりめんじゃこ (こんぶ)	にんじん・にら ピーマン・にんじん にんじん・こねぎ	たまねぎ・ほししいたけ きりぼしだいこん・たまねぎ ごぼう・たけのこ・ほししいたけ びわ	こめ・むぎ さとう さとう	だし汁・醤油・酒・みり ん・塩 ケチャップ・だし汁・醤油 醤油・酒・塩 酸味料・他	758 29.5	
◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	◎ 6月21日~6月25日は『 手洗い指導強化週間(小学部・中学部) 』・・・[テーマ]手のすみすみまで、ていねいに洗おう!	
21 (月)	伊万里産もち麦ごはん・牛乳 麻婆はるさめ 菜わかめのサラダ たまご 卵スープ	ぶたにく・とりにく・みそ ちくわ・みそ たまご・かにぶうみか まほこ	ぎゅうにく きゅうり	にんじん・ハバブライカ・ピー マン・ほねぎ にんじん がいわれだいこん・(にん じん)	たまねぎ・たけのこ・ヤングコー ン・しょうが・きくらげ・ほししいたけ にんじん きゅうり どうもろこし・しめじ・(たまねぎ・ セロリ)	こめ・むぎ さとう さとう	醤油・甜麺醬・豆板醬・ (鶏骨・豚骨) マヨネーズ・からし・みり ん 醤油・酒・塩・(鶏骨・ ローリエ)	753 30.2	
22 (火)	かしわ飯・牛乳 竹輪の二色揚げ(磯辺&カレー) 酢みそ和え すまし汁	とりにく・あぶらあげ ちくわ いか・みそ がまほこ・(かつおぶし)	ぎゅうにく あおのり	にんじん・グリーンピース にんじん ほうれんそう	ごぼう・ほししいたけ きゅうり・キャベツ しめじ	こめ・さとう こむぎこ さとう ふ	醤油・酒・みりん・塩 油・ごま 酢 醤油・酒・塩	822 37.7	
23 (水)	セサミトースト・牛乳 スパゲティ・ナポリタン えびとごぼうのサラダ コーンスープ	ウインナー えび ハム	スキムミルク ぎゅうにく	ピーマン・にんじん にんじん パセリ・(にんじん)	たまねぎ・マッシュルーム・にん にく ごぼう・きゅうり・たまねぎ・とうも ろこし どうもろこし・ヤングコーン・たま ねぎ・しめじ・(セロリ)	こむぎこ・さとう さとう さとう	ごま・ショ ートニ ング・マーガ リン オリーブ油 青じそ・クリーム・レタ ン・だし汁・醤油 コーンクリーム・スープ・素・塩・ コショウ・(鶏骨・ローリエ)	881 32.5	
24 (木)	ごはん・牛乳 魚の西京焼 磯香和え じゃがいもそぼろ煮 みそ汁 メロンゼリー	あかうお・みそ とりにく みそ・あぶらあげ・(か つおぶし)	ぎゅうにく のり	ほうれんそう・にんじん にんじん・グリーンピース こねぎ	もやし たまねぎ だいこん・しめじ	こめ さとう ねりごま ごま油 さとう	酒・みりん 醤油・みりん だし汁・醤油・酒・みり ん・塩 酒 塩・ケル化剤・酸味料・ 色素・他	777 34.5	
25 (金)	伊万里産もち麦ごはん・牛乳 豚肉の梅しそ巻き・ゆで野菜 高野豆腐の煮物 春雨汁	ぶたにく・たまご こうやどろふ・かまほこ がまほこ・(かつおぶし)	ぎゅうにく (にほし・こんぶ)	あおじそ にんじん・えだまめ ちんげんさい・にんじん・ こねぎ	うめぼし・しょうが・にんにく たまねぎ・ほししいたけ ほししいたけ	こめ・むぎ ばんこ・こむぎこ さとう はるさめ	酒・塩・コショウ だし汁・醤油・酒・みり ん 醤油・酒・塩・コショウ	814 38	
28 (月)	高菜ピラフ・牛乳 タンダーリーチキン 豆サラダ 卵とキャベツのスープ	たまご・ぶたにく・ペ ーコン とりにく だいず・ひよこまめ・あ か・はなまめ・ハム たまご	ぎゅうにく ヨーグルト	たかなづけ・にんじん えだまめ・グリーンピース パセリ・(にんじん)	たまねぎ・にんにく・しょうが レモン・にんにく・しょうが きゅうり・とうもろこし キャベツ・たまねぎ・(セロリ)	こめ・むぎ はちみつ さとう	バター・ごま 醤油・塩・コショウ 酒・カレー粉・パフ粉・ ターメリック・コショウ 野菜・いっまい和風・ド レッシング ワイン・塩・コショウ・(鶏骨・ ローリエ)	820 41.1	
29 (火)	伊万里産もち麦ごはん・牛乳 揚げ魚のネギソース煮 ほうれん草と切干太根の和え物 汁ビーフン	バサ たまご・かつおぶし ぶたにく	ぎゅうにく	こねぎ ほうれんそう・にんじん にら・にんじん	ねぶかねぎ・しょうが・にんにく きゅうり・きりぼしだいこん キャベツ・ほししいたけ・しょうが	こめ・むぎ でんぶん・さとう さとう ビーフン	酢・醤油・酒・塩・コショウ だし汁・醤油 醤油・酒・カキ油・塩・コ ショウ・(鶏骨・豚骨)	674 29.7	
30 (水)	伊万里産もち麦入りいなり素子・牛乳 肉わかめうどん おからサラダ	あぶらあげ ぎゅうにく・ぶたにく・か まほこ・たまご・(かつ おぶし) おから・まぐろあぶら づけ	ぎゅうにく	はねぎ	たまねぎ・ごぼう・ほししいたけ きゅうり・たまねぎ	こめ・もちむぎ(ダイシ 玉子)・さとう さとう	酢・醤油・酒・塩 醤油・酒・みりん マヨネーズ・りんご酢・塩・ コショウ	809 35.5	
※献立は都合により変更される場合がありますのでご了承下さい。 ※食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出下さい。								785 (772)	
平均 (平均基準値)								34.8 (31.8)	

