



6月の予定献立表 (前半)



☆今月の目標【 衛生に気をつけて食事をしよう！】



令和5年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひびけ 日付	こんだてめい 献立名	使用する食品名						エネルギー (kcal)
		(あか) おもにからだをつくるものになる		(みどり) おもにからだのちようしをととのえるものになる		(きいろ) おもにエネルギーのもとになる		
		1群 魚・肉・大豆 ・大豆製品	2群 牛乳・小魚 ・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 ・きのこ・果物	5群 穀類・いも類 ・砂糖	6群 油脂	
㊦ 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								
1 (木)	ちらし寿司・牛乳 アーモンド和え 紅白つみれのすまし汁 ミニシュクリーム	とりにく・たまご・えび・たら みそ すけそうだら・たまご・えび・たら・ほき・(かつおぶし) たまご	ちりめんじゃこ・のり・(こんぶ)・ぎゅうにゅう (こんぶ) スキムミルク・れんにゅう	にんじん・きぬさや ほうれんそう・にんじん みつば	きりぼしだいこん・ごぼう・れんこん・ほししいたけ もやし えのきたけ・たまねぎ・しょうが	こめ・さとう・こむぎこ・でんぶん さとう はるさめ・でんぶん・さとう・ばんこ こむぎこ・ショートニング・さとう	酢・醤油・酒・だし汁・塩・他 アーモンド みりん 油 醤油・酒・塩・他 塩・ゼラチン・洋酒・他	798 32.2
2 (金)	揚げ鶏のねぎソース煮 切り干し大根の和え物 汁ピーフン	とりにく たまご・かつおぶし ぶたにく	ぎゅうにゅう こねぎ ほうれんそう・にんじん にんじん・にら	ねぶかねぎ・しょうが・にんにく キャベツ・きりぼしだいこん たまねぎ・もやし・キャベツ・ほししいたけ・にんにく・しょうが	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん さとう ピーフン	酢・醤油・マヨネーズ・塩・コショウ ごま 醤油・だし汁 醤油・酒・塩・コショウ・(鶏骨・豚骨)	706 34.6	
㊦ 6月4日～10日は『歯と口の健康週間』 かみかみ献立・・・かみごたえのある食品を積極的に食べたり、栄養バランスの良い食事をもって丈夫な歯をつくらう！								
5 (月)	ナムル丼・牛乳 パンサンスー わかめスープ かみかみ黒糖ピーズ	とりにく・ぎゅうにゅう・ぶたにく・(かつおぶし) ハム・たまご わかめ 大豆	(こんぶ)ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう わかめ スキムミルク	ほうれんそう・にんじん にんじん こねぎ・(にんじん) スキムミルク	はくさい・もやし・しょうが・にんにく・たまねぎ・りんご きゅうり・きくらげ・にんにく もやし・(セロリ)	こめ・もちむぎ・さとう はるさめ・さとう・でんぶん さとう ことう・さとう	塩・醤油・みりん・酒・コショウ・豆板醤・唐辛子・他 ごま油・ごま ごま油・ごま 酢・醤油・塩 醤油・酒・塩・コショウ・(鶏骨・ロース)	753 32.9
6 (火)	揚げ鶏のクリームコーン焼き きんぴらごぼう みそ汁	さけ・みそ ぎゅうにゅう みそ・あぶらあげ・(かつおぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク・なまクリーム・ぎゅうにゅう (こんぶ)	パセリ にんじん・いんげん かぼちゃ・こまつな	どうもろこし・たまねぎ・しょうが・にんにく ごぼう・こんにやく たまねぎ・しめじ	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん・さとう さとう こめ・むぎ	オリーブ油・バター・ごま油 マヨネーズ・塩・コショウ・チンキス・他 だし汁・醤油・酒・みりん・唐辛子・酒	734 33.4
7 (水)	いなり寿司・牛乳 丸天わかめうどん さきいかサラダ	あぶらあげ さつまあげ・(かつおぶし) さきいか	(こんぶ) わかめ・(にほし・こんぶ) ぎゅうにゅう	こねぎ ごぼう キャベツ・きゅうり・きりぼしだいこん	こめ・さとう・みずあめ・でんぶん こむぎこ(うどんめいん)・さとう	ごま 醤油・酢・他 醤油・酒・塩 マヨネーズ・酒・醤油・ゆずコショウ	792 31.6	
8 (木)	揚げ鶏のクリームコーン焼き きんぴらごぼう みそ汁	さけ・みそ ぎゅうにゅう みそ・あぶらあげ・(かつおぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク・なまクリーム・ぎゅうにゅう (こんぶ)	パセリ にんじん・いんげん かぼちゃ・こまつな	どうもろこし・たまねぎ・しょうが・にんにく ごぼう・こんにやく たまねぎ・しめじ	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん・さとう さとう こめ・むぎ	オリーブ油・バター・ごま油 マヨネーズ・塩・コショウ・チンキス・他 だし汁・醤油・酒・みりん・唐辛子・酒	842 36.5
㊦ 校長と語る会 (PTA給食試食会) ① 12:30～								
9 (金)	揚げ鶏のクリームコーン焼き きんぴらごぼう みそ汁	さけ・みそ ぎゅうにゅう みそ・あぶらあげ・(かつおぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク・なまクリーム・ぎゅうにゅう (こんぶ)	パセリ にんじん・いんげん かぼちゃ・こまつな	どうもろこし・たまねぎ・しょうが・にんにく ごぼう・こんにやく たまねぎ・しめじ	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん・さとう さとう こめ・むぎ	オリーブ油・バター・ごま油 マヨネーズ・塩・コショウ・チンキス・他 だし汁・醤油・酒・みりん・唐辛子・酒	835 35.1
㊦ 6月12日～16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!!								
12 (月)	伊万里産黒米ごはん・牛乳 鶏肉と大豆の煮物 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁	とりにく・だいず どうぶ・みそ・(かつおぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク・のり (こんぶ)	にんじん・いんげん しそ グリーンアスパラガス・こねぎ	こんにやく・れんこん・たけのこ・しょうが・にんにく きゅうり・しょうが たまねぎ	こめ・くろまい こむぎこ・でんぶん・さとう さとう じゃがいも	油 酢・醤油 酒	716 37.1
13 (火)	揚げ鶏のクリームコーン焼き きんぴらごぼう みそ汁	さけ・みそ ぎゅうにゅう みそ・あぶらあげ・(かつおぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク・のり (こんぶ)	パセリ にんじん・いんげん かぼちゃ・こまつな	どうもろこし・たまねぎ・しょうが・にんにく ごぼう・こんにやく たまねぎ・しめじ	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん・さとう さとう こめ・むぎ	オリーブ油・バター・ごま油 マヨネーズ・塩・コショウ・チンキス・他 だし汁・醤油・酒・みりん・唐辛子・酒	794 38.2
14 (水)	揚げ鶏のクリームコーン焼き きんぴらごぼう みそ汁	さけ・みそ ぎゅうにゅう みそ・あぶらあげ・(かつおぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク・のり (こんぶ)	パセリ にんじん・いんげん かぼちゃ・こまつな	どうもろこし・たまねぎ・しょうが・にんにく ごぼう・こんにやく たまねぎ・しめじ	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん・さとう さとう こめ・むぎ	オリーブ油・バター・ごま油 マヨネーズ・塩・コショウ・チンキス・他 だし汁・醤油・酒・みりん・唐辛子・酒	869 38.4

6月の予定献立表（後半）

ひづけ 日付	献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		(あか)		(まど)		(きいろ)				
		おもにからだをつくるものになる 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			
15 (木)	麦ごはん・牛乳 アジの梅みそ焼き のりマヨネーズ和え 五目スープ	あじ・みそ ハム たまご・とり	ぎゅうにゅう ひじき・のり スキムミルク	しそ グリーンアスパラガス・に んじん トマト・こまつな・にんじ ん・こねぎ	うめほし・しょうが・にんにく きゅうり・たまねぎ	さとう さとう でんぶん		みりん・酒・塩 マヨネーズ・だし汁・醤油 みりん 醤油・酒・塩・コショウ (鶏骨)	707	37.1
16 (金)	麦ごはん・牛乳 ミンチポテト こんにやくと野菜の炒め物 みそ汁	ぎゅうにゅう・ぶたにく・と り やきふた どうぶ・みそ・(かつお ぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク (こんぶ)	いんげん こまつな・にんじん・パ プリカ こねぎ	たまねぎ・にんにく れんこん・こんにやく・しょう が なす・もやし・たまねぎ・えのきた け	こめ・むぎ じゃがいも・こむぎこ ・さとう さとう	オリーブ油 すりごま ごま油 酒	ケチャップ・ソース・塩・コン ソウ・コショウ 醤油・酒 酒	761	31.5
◎ 6月19日～23日は『手洗い指導強化週間』										
19 (月)	麦ごはん・牛乳 麻婆はるさめ 切り干し大根のすだちポン酢和え わかめとたまごのスープ	ぶたにく・とり・みそ たまご・かつおぶし たまご	ぎゅうにゅう スキムミルク・わかめ (こんぶ)	こまつな・にんじん・はね ぎ にんじん こねぎ	たまねぎ・たけのこ・きくらげ ・しょうが・ほししいたけ きゅうり・きりほしだいこん・すだ ち しめじ	こめ・むぎ はるさめ・でんぶん・さ とう さとう・でんぶん でんぶん		醤油・酒・甜麺醤・豆板 醤・(鶏骨・豚骨) すだちポン酢・だし汁 醤油・塩・他 醤油・酒・塩・コショウ (鶏骨)	706	26.2
20 (火)	たこ飯・牛乳 鶏肉の唐揚げ しそマヨネーズ和え 荻わかめのすまし汁	たこ とり ちくわ・みそ かまぼこ・(かつおぶ し)	(こんぶ) にんじん・えだまめ こねぎ	ごぼう・しょうが しょうが・にんにく きゅうり・もやし キャベツ ほししいたけ	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん さとう		だし汁・醤油・酒・みり ん・塩 酒・マヨネーズ・塩・コショウ マヨネーズ・酢・醤油・塩 醤油・酒・塩		691	32.1
21 (水)	セサミトースト・牛乳 スパゲッティーナボリタン 蒸し鶏とごぼうのサラダ コーンスープ	ウインナー とり ハム	スキムミルク (こんぶ) にんじん・グリーンピース パセリ	たまねぎ・にんにく ごぼう・きゅうり・たまねぎ どうもろこし・たまねぎ・マツシ ルーム	こむぎこ(パン)・さとう スパゲッティーめん・さ とう さとう・でんぶん	ショートニング・ バター・マーガ リン・ごま 油 オリーブ油	塩・イースト ケチャップ・ワイン・ソース・醬 油・塩・コショウ・オレガノ ・バジル 青じそクリームドレッシ ング・だし汁・醤油・塩・他 塩・コショウ	890	32.0	
22 (木)	麦ごはん・牛乳 赤魚の西京焼き 磯香和え じゃがいものそぼろ煮 みそ汁	あかうお・みそ のり とり みそ・あぶらあげ・(か つおぶし)	ぎゅうにゅう のり わかめ・(こんぶ) こねぎ	しょうが ほうれんそう・にんじん たまねぎ・しょうが・にんにく だいこん・しめじ	こめ・むぎ さとう じゃがいも・さとう・で んぶん	ねりごま しょうゆ・みりん だし汁・醤油・みりん ・酒・塩 酒		737	32.3	
23 (金)	チキンカレー・牛乳 ツナと海藻のサラダ ベビーバイン入り青りんごゼリー	チーズ ぎゅうにゅう かんでん・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	にんじん・グリーンピース ぎゅうにゅう・スキムミ ルク にんじん・グリーンピース	たまねぎ・りんご・しょうが・にん にく きゅうり・キャベツ・とうもろこ し パイナップル	こめ・むぎ・じゃがいも オリーブ油 油・ごま	カレー粉・カレー粉・ワイン・ ケチャップ・醤油・(鶏骨・ 豚骨) 棒々鶏ドレッシング 塩・ゲル化剤・酸味料・ 香料・他	865	29.3		
26 (月)	麦ごはん・牛乳 五目たまご焼き 切り干し大根のケチャップ炒め かみなり汁	たまご・とり・かにか ぶ・みかまぼこ ベーコン どうぶ・みそ・(かつお ぶし)	ぎゅうにゅう ほうれんそう・にんじん にんじん・いんげん (こんぶ) にんじん・こねぎ	たまねぎ・きりほしだいこん・ほ ししいたけ たまねぎ・れんこん・きりほしだ いこん こんにやく・ごぼう・しめじ	こめ・むぎ さとう さとう ごま油	だし汁・醤油・みりん ・酒・塩 ケチャップ・醤油・塩・コ ショウ 酒	783	31.3		
27 (火)	麦ごはん・牛乳 鯖のおろしポン酢かけ 大豆の磯煮 みそ汁	さわら 大豆・とり・ちくわ みそ・あぶらあげ・(か つおぶし)	ぎゅうにゅう ひじき わかめ・(こんぶ) こねぎ	しそ にんじん・いんげん こねぎ キャベツ・たまねぎ・えのきたけ	こめ・むぎ こむぎこ さとう じゃがいも	オリーブ油 油 酒	醤油・ワイン・みりん・塩・ コショウ・唐辛子 だし汁・醤油・酒 酒	868	37.9	
28 (水)	麦ごはん・牛乳 血うどん たたききゅうり 蒸しパン	ぶたにく・いか・えび・ かまぼこ・ちくわ たまご	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう・チーズ	にんじん・はねぎ きゅうり・しょうが ほしぶどう	こめ・むぎ さとう こむぎこ・さとう	ごま油・油 ごま・ごま 油 マーガリン	醤油・酢・酒・塩・コ ショウ・(鶏骨・豚骨) 醤油・みりん ベーキングパウダー・ワイン	834	31.7	
29 (木)	麦ごはん・牛乳 ポークチャップ おからサラダ みそスープ	ぶたにく まぐろあぶらづけ・お から ベーコン・みそ	ぎゅうにゅう ヨーグルト こまつな	たまねぎ・マツシルーム・しょうが・ にんにく きゅうり・たまねぎ・とうもろこ し たまねぎ・しめじ	こめ・むぎ でんぶん・さとう じゃがいも	オリーブ油 油脂 オリーブ油	ケチャップ・ソース・醤油・コ ソウ・オレガノ・ローリエ マヨネーズ・りんご酢・塩・ コショウ 酒・(鶏骨・豚骨)	789	34.9	
30 (金)	かしわ飯・牛乳 竹輪の二色揚げ 酢みそ和え すまし汁	とり・かにかぶらあげ ちくわ かまぼこ・みそ かまぼこ・(かつおぶ し)	(こんぶ) ぎゅうにゅう あおのり にんじん (こんぶ)	ごぼう・ほししいたけ・しょうが きゅうり・キャベツ しめじ	こめ・さとう こむぎこ さとう ふ	油 油・ごま ごま 酢 醤油・酒・塩	だし汁・醤油・酒・塩 カレー粉 酒	820	37.3	
※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。									平均 (平均基準値)	786 (781) 33.8 (34.3)

