

【小学校用】

令和7年

6月 給食献立表

唐津市東部学校給食センター

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルギーは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるものになる食品 (赤)	おもに体の調子を整えるものになる食品 (緑)	おもにエネルギーになる食品 (黄)	調味料等	エネルギーたんぱく質脂質カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・雑実類・油脂類		
(月)	牛乳 ご飯	牛乳		米		599
	つくね	鶏肉	たまねぎ	パン粉 砂糖 油	しょうゆ 酢 ケチャップ	24.0
	春雨とひき肉の炒め物	豚肉	チンゲンサイ にんじん しょうが にんにく	春雨 砂糖 油	酒 トウバンジャン しょうゆ	17.4
	もずくスープ	鶏肉 かまぼこ 厚揚げ もずく	にんじん ねぎ しいたけ たまねぎ		酒 しょうゆ 鶏がら	319
(火)	牛乳 ご飯	牛乳		米		604
	赤魚の唐揚げ	赤魚		米粉 でん粉 油	酒	27.9
	のり酢あえ	鶏肉 のり	こまつな にんじん キャベツ		しょうゆ 酢	16.5
	キムチ汁	豚肉 豆腐 味噌	にんじん ねぎ もやし 白菜キムチ にんにく		酒 みりん しょうゆ 煮干し	352
(水)	牛乳 ご飯	牛乳		米		619
	チキンチキンごぼう	鶏肉	枝豆 ごぼう	でん粉 砂糖 油	みりん 酒 しょうゆ	27.7
	卵スープ	かに風味かまぼこ 卵	にんじん ほうれんそう たまねぎ しめじ	でん粉 ごま油	しょうゆ 鶏がら	17.1
	バリッシュ	かたくちいわし		砂糖 水あめ		347
(木)	牛乳 ご飯	牛乳		米		560
	かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉	かぼちゃ 枝豆 たまねぎ しいたけ	砂糖	しょうゆ 酒	22.6
	五目スープ	豚肉 豆腐	にんじん ねぎ たまねぎ きくらげ もやし		酒 しょうゆ 鶏がら	13.8
						315
(金)	牛乳 ご飯	牛乳		米		626
	グリルチキン	鶏肉	にんにく		酒	26.8
	マカロニサラダ	かに風味かまぼこ	にんじん 枝豆 キャベツ	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ	18.7
	カレースープ	豚肉	にんじん たまねぎ とうもろこし にんにく	じゃがいも	酒 カレールー しょうゆ ウスターソース 鶏がら	252
8 (日)						
(火)	牛乳 ひろしご飯	牛乳	広島菜	米 砂糖		636
	メンチカツ	鶏肉 卵	たまねぎ	パン粉 でん粉 砂糖 油		27.0
	ゆかりあえ		赤しそ にんじん キャベツ もやし	砂糖	しょうゆ	19.1
	すりみ汁	豆腐 とびうお いわし たら わかめ	ねぎ しょうが たまねぎ	でん粉 砂糖 油	しょうゆ 酒 煮干し	516
(水)	牛乳 ご飯	牛乳		米		623
	鶏肉の揚げ煮	鶏肉	しょうが	米粉 でん粉 砂糖 油	酒 みりん しょうゆ	25.0
	野菜のアーモンドあえ		きゅうり キャベツ もやし	砂糖 アーモンド	しょうゆ	18.9
	かぼちゃのみそ汁	厚揚げ 味噌 わかめ	かぼちゃ ねぎ たまねぎ		煮干し	272
(木)	牛乳 麦ご飯	牛乳		米 麦		609
	ポークカレー	豚肉 大豆	にんじん グリンピース たまねぎ しょうが	じゃがいも 油	カレールー ケチャップ チョップネ ウスターソース	22.4
	ツナサラダ	まぐろ	にんじん キャベツ きゅうり		ドレッシング	16.9
						267
(金)	牛乳 コッペパン	牛乳		コッペパン		596
	豚肉のケチャップ煮	豚肉	たまねぎ	米粉 でん粉 砂糖 油	酒 しょうゆ ケチャップ ウスターソース とんかつソース 赤ワイン	26.1
	スパゲティサラダ	かに風味かまぼこ	きゅうり とうもろこし	スパゲティ ドレッシング		23.9
	ポトフ	ウィンナー 鶏肉	にんじん バセリ たまねぎ キャベツ しめじ	じゃがいも	酒 しょうゆ 鶏がら	276

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルゲンは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるものになる 食品（赤）	おもに体の調子を整えるものになる 食品（緑）	おもにエネルギーになる 食品（黄）	調味料等	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・種実類・油脂類		
16 (月)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		651
	とうふナゲット	豆腐 魚肉すりみ 豆乳	たまねぎ	小麦粉 でん粉 砂糖 油		24.0
	豚肉と切干大根の炒め物	豚肉	にんじん にら 切干大根 もやし しめじ たまねぎ しょうが にんに く	油	トウバンジャン 酒 しょう ゆ オイスターソース	21.8
17 (火)	春雨スープ	鶏肉	にんじん ねぎ キャベツ たまねぎ きくらげ	春雨	酒 しょうゆ 鶏がら	324
	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		651
	鶏肉のレモンソース	鶏肉	レモン	米粉 でん粉 砂糖 油	酒 しょうゆ みりん	27.1
18 (水)	スパゲティ炒め		にんじん ピーマン たまねぎ にん にく	スパゲティ オリーブ油	しょうゆ	19.7
	卵とトマトのスープ	豚肉 卵	トマト ねぎ たまねぎ きくらげ	でん粉	酒 しょうゆ 鶏がら	258
	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		613
19 (木)	焼肉ソテー	豚肉 味噌	にんじん にら しょうが にんに く もやし	ごま 油 ごま油	しょうゆ 酒 みりん ト ウバンジャン	27.8
	たくあんあえ		たくあん きゅうり キャベツ	ごま	しょうゆ	17.0
	えび団子のすまし汁	豆腐 えび団子	ねぎ たまねぎ しいたけ		酒 しょうゆ 煮干し 出 し昆布	351
	牛乳	牛乳				
20 (金)	八宝菜	豚肉 いか	にんじん ピーマン たまねぎ キャ ベツ きくらげ もやし しょうが	でん粉 油	酒 しょうゆ チキンブイ ヨン	592
	ぎょうざ	豚肉	にら キャベツ たまねぎ しょう が	砂糖 小麦粉 でん粉 油	しょうゆ	23.5
	きゅうりのピリ辛あえ		にんじん きゅうり しょうが に んにく	砂糖 ごま油	酢 しょうゆ トウバン ジャン	16.0
	牛乳	牛乳				317
21 (土)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		651
	さばの塩焼き	さば			酒	30.8
	高野豆腐のうま煮	鶏肉 高野豆腐	枝豆 にんじん	砂糖 油	酒 しょうゆ みりん 煮 干し	20.0
22 (日)	豚汁	豚肉 味噌	にんじん ねぎ ごぼう こんにゃく	じゃがいも	酒 煮干し	270
	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		633
	和風ハンバーグ	豚肉、鶏肉	たまねぎ にんにく	でん粉、砂糖 油	チキンブイヨン、酒、みり ん、しょうゆ	25.3
23 (月)	雑煮	鶏肉 大豆 ひじき	枝豆 こんにゃく	砂糖 油	酒 しょうゆ 煮干し	19.8
	みそ汁	油揚げ 豆腐 味噌 わかめ	ねぎ えのき たまねぎ		煮干し	447
	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		616
24 (火)	赤魚の南蛮漬け	赤魚	たまねぎ	米粉 でん粉 砂糖 油	酒 しょうゆ 酢 唐辛子	24.7
	野菜のごまあえ		きゅうり もやし キャベツ	砂糖 ごま	しょうゆ	16.5
	沢煮鮎	豚肉 豆腐	にんじん ねぎ ごぼう たまねぎ しいたけ		酒 しょうゆ 煮干し	336
	牛乳	牛乳				
25 (水)	チキンライス	鶏肉	にんじん とうもろこし たまねぎ	米 砂糖 油	ケチャップ	645
	オムレツ	卵		でん粉 砂糖 油	酢	22.3
	ツナとひじきのサラダ	まぐろ ひじき	にんじん レモン キャベツ きゅう り	ノンエッグマヨネーズ		22.2
	野菜スープ	豚肉	にんじん バセリ たまねぎ もやし にんにく	マカロニ	酒 しょうゆ 鶏がら	281
26 (木)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		661
	コロツケ	大豆	にんじん かぼちゃ 黒枝豆 たまね ぎ	じゃがいも 砂糖 小麦粉 パン粉 でん粉 油		20.3
	ほうれん草とコーンのソテー	ウィンナー	ほうれんそう キャベツ とうもろこ し	油	しょうゆ	21.9
27 (金)	肉団子スープ	牛肉 豚肉 鶏肉	にんじん ねぎ たまねぎ もやし きくらげ	パン粉 ビーフン でん粉 ごま油	しょうゆ 酒 鶏がら	284
	牛乳	牛乳				
	麦ご飯			米 麦		630
	夏野菜カレー	鶏肉	かぼちゃ にんじん トマト 枝豆 たまねぎ なす にんにく		カレールー ウスターソー ス チャツネ しょうゆ	21.2
28 (土)	フルーツミックス		黄桃 パイナップル ナタデココ	砂糖 ゼリー		14.5
	牛乳	牛乳				285
	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		580
29 (日)	ししゃもフライ	ししゃも		パン粉 でん粉 小麦粉 油		23.6
	こんにゃくの炒め物	豚肉	にんじん ごまつな こんにゃく と うもろこし しょうが	砂糖 ごま油 油	しょうゆ 酒	16.2
	鶏ごぼう汁	鶏肉	にんじん ねぎ もやし ごぼう しいたけ		酒 しょうゆ みりん 煮 干し	342
	牛乳	牛乳				