

令和6年度



6月 献立表

小学校用

熊取町教育委員会

日・曜	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
献立名	(は) ごはん チゲふうみそしる きんぴらごぼう わかめのつくだに ぎゅうにゅう	しんメニュー コッペパン やさしいスープ ペンネナポリタン ぎゅうにゅう	カレーライス まめサラダ ぎゅうにゅう	ミンチカツバーガー ジュリエンスープ のむヨーグルト(アシドミルク)	しんメニュー ぶたみそどん ちゅうかスープ りんごタルト ぎゅうにゅう	としょきゅうしょく ごはん いなかみそしる しろみざかなのかばやきふう ぎゅうにゅう	しんメニュー コッペパン ほうれんそうとたまごのスープ ミートボールのケチャップに ぎゅうにゅう	ごはん きつねうどん ぶたにくとこんにやくのみそいため ふりかけ(のり) ぎゅうにゅう	しんメニュー コッペパン カレースープ フランクフルトのソテー ぎゅうにゅう	ごはん とうふいりわかめスープ マーボーはるさめ のむヨーグルト(コアコア)
材料名および 三色栄養	せいはいくまい ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ キムチ にんにく つちしょうが サラダあぶら コチュジャン こいくちしょうゆ あかみそ けずりぶし だし とりにく ちくわ つきこんにやく ごぼう にんじん サラダあぶら さとう こいくちしょうゆ わかめのつくだに ぎゅうにゅう	黄 コッペパン 赤 とりにく 緑 じゃがいも 緑 にんじん 緑 ホールコーン 緑 キャベツ 緑 うすくちしょうゆ 緑 しお 緑 こしょう 緑 とりがら 黄 スープ 赤 マカロニ 黄 ベーコン 赤 たまねぎ 緑 にんじん 緑 ピーマン 緑 にんにく 黄 サラダあぶら 緑 トマトビュレ 黄 ケチャップ 黄 ウスターソース 黄 しお 黄 さとう 赤 ぎゅうにゅう 赤	黄 せいはいくまい 赤 ぶたにく 黄 じゃがいも 緑 たまねぎ 緑 にんじん 黄 サラダあぶら 黄 とうにゅう 黄 カレーウ 黄 ウスターソース 黄 しお 黄 こしょう 黄 ローレル 黄 とりがら 黄 みず 黄 ボンレスハム 赤 だいず 赤 キャベツ 緑 にんじん 黄 えだまめむきみ 黄 わふうドレッシング 黄 ぎゅうにゅう 赤	黄 うずまきカットパン 赤 ベーコン 赤 だいこん 赤 たまねぎ 赤 にんじん 赤 ほうれんそう 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 ローレル 赤 とりがら 赤 スープ 赤 ミンチカツ 赤 あげあぶら 黄 キャベツ 黄 サラダあぶら 黄 しお 赤 1しよくケチャップ 赤 スライスチーズ 赤 のむヨーグルト(アシドミルク) 赤	黄 せいはいくまい 赤 ぶたにく 赤 はくさい 赤 にんじん 赤 もやし 赤 ニラ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 ぶたにく 赤 つちしょうが 赤 こいくちしょうゆ 赤 さけ 赤 さとう 赤 たまねぎ 赤 こまつな 赤 ほししいたけ 赤 サラダあぶら 赤 にんにく 赤 あかみそ 赤 とうばんじゃん 赤 こいくちしょうゆ 赤 さとう 赤 さけ 赤 みりん 赤 りんごタルト 黄 ぎゅうにゅう 赤	黄 せいはいくまい 赤 ぶたにく 赤 しらたまだんご 赤 たまねぎ 赤 にんじん 赤 えのきたけ 赤 あおねぎ 赤 あかみそ 赤 しろみそ 赤 けずりぶし 赤 だし 赤 たら 赤 こむぎこ 赤 かたくりこ 赤 あげあぶら 赤 さとう 赤 こいくちしょうゆ 赤 みりん 赤 みず 赤 ぎゅうにゅう 赤	黄 コッペパン 赤 ぶたにく 赤 たまご 赤 ほうれんそう 赤 にんじん 赤 ほししいたけ 赤 かたくりこ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 ミートボール 赤 たまねぎ 赤 えのきたけ 赤 サラダあぶら 赤 さとう 赤 ケチャップ 赤 ウスターソース 赤 みず 赤 ぎゅうにゅう 赤	黄 せいはいくまい 赤 あぶらあげ 赤 さとう 赤 こいくちしょうゆ 赤 だし 赤 うどん 赤 とりにく 赤 かまぼこ 赤 にんじん 赤 あおねぎ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 けずりぶし 赤 だしこんぶ 赤 だし 赤 ぶたにく 赤 こんにやく 赤 にんじん 赤 たけのこ 赤 さやいんげん 赤 サラダあぶら 赤 あかみそ 赤 さとう 赤 こいくちしょうゆ 赤 みりん 赤 のりふりかけ 赤 ぎゅうにゅう 赤	黄 コッペパン 赤 ぶたミンチ 赤 サラダあぶら 赤 たまねぎ 赤 キャベツ 赤 にんじん 赤 カレーウ 赤 こいくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 スープ 赤 フランクフルト 赤 ホールコーン 赤 グリーンピース 赤 サラダあぶら 赤 しお 赤 こしょう 赤 ぎゅうにゅう 赤	黄 せいはいくまい 赤 とりにく 赤 とうふ 赤 もやし 赤 にんじん 赤 えのきたけ 赤 わかめ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 ぶたミンチ 赤 りよくとうはるさめ 赤 にんじん 赤 あおねぎ 赤 つちしょうが 赤 にんにく 赤 あかみそ 赤 サラダあぶら 赤 ごまあぶら 赤 さとう 赤 こいくちしょうゆ 赤 みりん 赤 とうばんじゃん 赤 とりがら 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 のむヨーグルト(コアコア) 赤
エネルギー/たんぱく質/脂質	514kcal 20.8g 12.9g	551kcal 21.5g 19.0g	671kcal 21.5g 22.9g	591kcal 23.9g 19.3g	614kcal 23.7g 19.3g	578kcal 28.0g 11.9g	583kcal 25.0g 23.6g	546kcal 26.1g 17.4g	583kcal 21.7g 25.2g	529kcal 20.7g 10.3g

赤: 赤色の食品...体をつくるもとになるもの 黄: 黄色の食品...熱や力になるもの 緑: 緑色の食品...体の調子をととのえるもの

◇都合界より女 献立表が 活躍を描く、シリーズ第1作。異界の精霊の卵を身体に宿したために、実の



界の魔物から命をねらわれる新ヨゴ皇国の第二皇子チャグムを、バルサが守る

◇(は)マークの献立は、かみごたえのある食材を使用しています。よくかんで食べましょう。

◇給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づき算出しています。

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
きじゆんえいようりょう 基準栄養量	650	21~33	14~22
こんげつえいけんえいようりょう 今月平均栄養量	572	23.3	18.4



令和6年度



6月 献立表





小学校用

熊取町教育委員会

日・曜	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	
献立名	しんメニュー ごはん ぶたじる ツナいりにびたし ひじきそぼろ ぎゅうにゅう	こがたパン ちゅうかさば ナムル チョコクリーム ぎゅうにゅう	しんメニュー ハヤシライス キャベツのサラダ ぎゅうにゅう	(は) ココアパン ポトフ とりにくのレモンふうみ ぎゅうにゅう	ビビンバ ワンドンスープ のむヨーグルト(ココア)	ごはん かぼちゃのみそしる ポークしょうが ぎゅうにゅう	コッペパン マカロニスープ ポテトソー ぎゅうにゅう	ごはん とうがんのすましじる さばのみそに ぎゅうにゅう	チリドッグ コーンスープ のむヨーグルト(アシドミルク)	かやくごはん とうふういりちゅうかスープ あげぎょうざ ぎゅうにゅう	
材料名および 三色栄養	せいはいくまい	こがたパン	せいはいくまい	ココアパン	せいはいくまい	せいはいくまい	コッペパン	せいはいくまい	せわりコッペパン	せいはいくまい	
	ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん もやし ごぼう あおねぎ あかみそ しろみそ けずりぶし だしじる	ちゅうかめん ぶたにく はくさい にんじん たけのこ あおねぎ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ	ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく キャベツ サラダあぶら トマトピューレ ハヤシルウ ケチャップ ウスターソース とんかつ スープ	ミニウインナー にんじん たまねぎ じゃがいも キャベツ うすくちしょうゆ しお こしょう ローレル とりがら とんこつ スープ	とりにく はくさい にんじん ニラ ワンドンのかわ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ	とうふ あぶらあげ かぼちゃ わかめ あおねぎ あかみそ しろみそ けずりぶし だしじる	とうふ かまぼこ とうがん にんじん たまねぎ キャベツ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ	とうふ かまぼこ とうがん にんじん あおねぎ うすくちしょうゆ しお けずりぶし だしこんぶ だしじる	さば つちしょうが あかみそ しろみそ さとう こいくちしょうゆ みりん さけ みず ぎゅうにゅう	ベークン じゃがいも たまねぎ ホールコーン にんじん うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ	せいはいくまい かやくごはんのもと とりにく とうふ はくさい にんじん ニラ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ
	ツナ はくさい にんじん うすくちしょうゆ けずりぶし だしじる	やきぶた りよくともやし にんじん ニラ いりごま サラダあぶら ごまあぶら さとう こいくちしょうゆ とうばんじやん チョコクリーム ぎゅうにゅう	ポンスレスハム キャベツ ホールコーン にんじん ノンエッグマヨネーズ ぎゅうにゅう	とりにく さけ こむぎこ かたくり あげあぶら レモンじる さとう うすくちしょうゆ みず ぎゅうにゅう	ぶたにく にんにく さとう こいくちしょうゆ サラダあぶら りよくともやし ほうれんそう にんじん いりごま ごまあぶら さとう こいくちしょうゆ のむヨーグルト(ココア)	ぶたにく にんにく さとう こいくちしょうゆ サラダあぶら さとう こいくちしょうゆ みりん ぎゅうにゅう	さとう こいくちしょうゆ さけ みりん さけ みず ぎゅうにゅう	さとう こいくちしょうゆ みりん さけ みず ぎゅうにゅう	フランフルト たまねぎ サラダあぶら つちしょうが にんにく ケチャップ さとう こいくちしょうゆ とうばんじやん チリパウダー とりがら スープ かたくりこ のむヨーグルト(アシドミルク)	ギョウザ あげあぶら ぎゅうにゅう	
	とりにんち ひじき つちしょうが サラダあぶら さとう こいくちしょうゆ みりん さけ ぎゅうにゅう	さとう こいくちしょうゆ とうばんじやん チョコクリーム ぎゅうにゅう	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)	のむヨーグルト(ココア)
	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質
	中学年	519kcal 22.5g 13.7g	528kcal 21.2g 22.5g	599kcal 19.3g 19.5g	691kcal 34.3g 24.6g	528kcal 21.8g 10.3g	565kcal 24.8g 18.1g	538kcal 21.0g 18.8g	587kcal 24.5g 23.0g	617kcal 23.0g 20.3g	507kcal 20.0g 14.6g

赤:赤色の食品...体をつくるもとになるもの 黄:黄色の食品...熱や力になるもの 緑:緑色の食品...体の調子をとのえるもの

今月の図書給食
 6月10日(月)「精霊の守り人」上橋菜穂子/著 二木真希子/絵 偕成社 白身魚  

【白身魚の蒲焼き風】

人の世と精霊たちの世が混在する世界で、女用心棒バルサの活躍を描く、シリーズ第1作。異界の精霊の卵を身体に宿したために、実の父である帝や、異界の魔物から命をねらわれる新ヨゴ皇国の第二皇子チャグムを、バルサが守る

チャグムが宮廷から庶民の生活の中に逃げ込み最初に食べた食事が、米と麦を半分ずつ混ぜた炊きたてごはん、物語ではゴジャとよぶ白身魚を甘辛いタレをぬってこぼし焼き、ちょっとピリッと香辛料をかけたものをのせたお弁当でした。給食では、白身魚のタラを小麦粉と片栗粉を合わせたものをつけて揚げたものに、甘辛いタレをからめています。

ごはんと一緒に食べてみてください！！