



学校給食予定献立表



日 (曜日)	こん 献	だて 立	めい 名	赤色のたべもの		黄色のたべもの		緑色のたべもの		日 (曜日)	こん 献	だて 立	めい 名	赤色のたべもの		黄色のたべもの		緑色のたべもの		栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)					
				血や肉や 骨になるもの		ちからのもとに なるもの		からだの調子を ととのえるもの						からだの調子を ととのえるもの		からだの調子を ととのえるもの	たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)								
1 (月)	ごはん									16 (火)	わかめごはん									651	809					
	牛乳			牛乳							牛乳									20.7	24.7					
	マーボー豆腐			とうふ ぶたにく だいず みそ		あぶら さとう ごまあぶら でんぶん		にんじん ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく			ベーコン		じゃがいも		たまねぎ にんじん こまつな				26.9	32.6						
	はるさめのあえもの			ハム		はるさめ さとう ごまあぶら		きゅうり もやし しょうが			ぶたにく		あぶら さとう でんぶん		たまねぎ にんにく レモン はねぎ				1.8	2.5						
2 (火)	だいこんピラフ			ウィンナー		こめ むぎ あぶら		だいこん とうもろこし パセリ にんにく		17 (水)	ごはん									609	776					
	牛乳			牛乳							牛乳									25.6	31.8					
	にくだんごのスープ			にくだんご とうふ		はるさめ でんぶん		たまねぎ にんじん こまつな しょうが			ぶたにく やきとうふ		あぶら さとう		しらたき はくさい にんじん ねぎ				20.8	25.1						
	レバーのあまからに デザート			レバー		さとう ごま とうにゅうプリン		しょうが			ひじき とりにく		さとう ごま ノンエッグマヨネーズ		ほうれんそう キャベツ				1.9	2.6						
3 (水)	さけごはん			さけ		こめ ごま				18 (木)	ロールパン									644	821					
	牛乳			牛乳							牛乳									25.8	31.7					
	とんじる			ぶたにく とうふ みそ		あぶら じゃがいも		ごぼう にんじん ねぎ キャベツ			ベーコン いんげんまめ		あぶら マカロニ		たまねぎ にんにく にんじん セロリー トマト パセリ				27.2	34.3						
	にまめ			きんときまめ		さとう					しろみぎかなのスパイシーあけ じゃがいもとアスパラガスのソテー		メルルーサ		でんぶん あぶら じゃがいも あぶら		にんにく アスパラガス とうもろこし みしょうかん			2.7	3.6					
	くだもの							バナナ																		
4 (木)	あげパン			きなこ		パン あぶら さとう				19 (金)	ごはん									669	804					
	牛乳			牛乳							牛乳									30.8	36.1					
	あおなといかの スープ			いか とうふ		あぶら でんぶん		たけのこ ほししいたけ ねぎ にんじん チンゲンサイ			とりにく		あぶら せんべい		ごぼう にんじん ほししいたけ はくさい こんにゃく ねぎ				20.6	23.0						
	ブロッコリーと ささみのごまサラダ			とりにく		ごま ごまドレッシング		ブロッコリー キャベツ とうもろこし			たまご みそ ほたてがはいしら		ふ		ねぎ				1.8	2.3						
	まめこんぶ			まめこんぶ							ひきわりなっとう デザート		なっとう													
5 (金)	ごはん					こめ				22 (月)	カレーうどん		ぶたにく あぶらあげ		うどん でんぶん あぶら さとう		たまねぎ にんじん ねぎ しょうが			644	803					
	牛乳			牛乳							牛乳								27.3	33.8						
	キーマカレー			ぶたにく スkimミルク レンズまめ		じゃがいも あぶら こむぎこ		たまねぎ にんじん しょうが にんにく			牛乳								23.0	27.7						
	ナムル					ごま ごまあぶら		こまつな にんじん もやし			パン								2.5	3.2						
8 (月)	ロールパン					パン				23 (火)	ごはん									598	765					
	はっこう乳			はっこう乳							牛乳									26.0	32.2					
	クラムチャウダー			あさり ベーコン 牛乳 スkimミルク		じゃがいも バター こむぎこ あぶら		たまねぎ にんじん パセリ			チーズ バター		あぶら バター		たまねぎ かぼちゃ とうもろこし パセリ				18.0	21.8						
	チンゲンサイとツナのソテー			ツナ		あぶら		チンゲンサイ きりぼしだいこん			ヨーグルト		ヨーグルト						1.9	2.4						
9 (火)	かみかみ とりごぼうごはん			あぶらあげ とりにく だいず		こめ むぎ あぶら さとう		ごぼう にんじん しらたき		24 (水)	ごはん									631	797					
	牛乳			牛乳							牛乳									27.3	33.6					
	くきわかめと とうふのスープ			くきわかめ とうふ たまご		でんぶん ごまあぶら		にんじん えのきたけ			ぶたにく		こめ あぶら さとう		しょうが ごぼう たまねぎ にんじん えのきたけ しらたき				17.9	21.1						
	はるまき			はるまき		あぶら					さつまじる		とりにく みそ		にんじん だいこん ねぎ こんにゃく こまつな				2.0	2.8						
10 (水)	ごはん					こめ				25 (木)	くだもの															
	牛乳			牛乳							こめこロールパン		パン							632	810					
	ぐだくさんみそしる			あぶらあげ とうふ みそ				にんじん だいこん ねぎ ごぼう			牛乳									30.1	38.1					
	いわしのうめソースがけ			いわし		でんぶん あぶら さとう		うめ			やさしいスープ				たまねぎ にんじん こまつな				29.1	36.6						
11 (木)	かみなりこんにゃく					ごまあぶら ごま		こんにゃく		26 (金)	さけとポテトの レモンに		さけ		でんぶん じゃがいも あぶら さとう ごま		レモン		2.5	3.2						
	あんかけやきそば			ぶたにく いか うずらたまご		ちゅうかめん あぶら でんぶん		にんじん たまねぎ キャベツ もやし ほししいたけ こまつな			ごはん		こめ							623	791					
	牛乳			牛乳							牛乳									25.3	31.0					
	ミニくるパン					パン					スーミータン		とりにく たまご		でんぶん		にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし クリームコーン		17.9	21.3						
12 (金)	しらたまだんごいりフルーツポンチ					しらたまだんご		みかん パイン りんご		29 (月)	チンジャオロース		ぶたにく		あぶら でんぶん さとう ごまあぶら		たけのこ ビーマン もやし にんにく しょうが			1.5	1.9					
	ごはん					こめ					デザート				さくらんぼゼリー											
	牛乳			牛乳							コッペパン		パン							628	793					
	にくじゃが			ぶたにく		じゃがいも あぶら さとう		しらたき たまねぎ さやいんげん にんじん			牛乳									23.2	28.9					
15 (月)	ズッキーニとたまごのいためもの			ハム たまご		あぶら		ズッキーニ		30 (火)	きのこの クリームシチュー		ベーコン とりにく スキムミルク 牛乳		じゃがいも あぶら バター こむぎこ		にんじん しめじ エリンギ たまねぎ パセリ			27.9	34.4					
	ジャンバラヤ			ウィンナー		こめ むぎ あぶら		にんじん たまねぎ トマト ビーマン あかビーマン まビーマン			マカロニサラダ		ツナ		マカロニ あぶら マヨネーズ		キャベツ きゅうり		2.2	3.0						
	牛乳			牛乳							ブルーベリージャム				ブルーベリージャム											
	チキンヌードル スープ			とりにく		スパゲティ あぶら		にんにく たまねぎ にんじん セロリー パセリ			ぶたにくずし		ぶたにく		こめ さとう ごま		レモン かんぴょう ごぼう さやいんげん			640	786					
*行事等の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。														30 (火)	牛乳										24.7	29.4
															のっぺいじる		とりにく なまあげ		さといも でんぶん あぶら		だいこん こんにゃく にんじん ねぎ			24.0	27.5	
															チーズいりはんぺんフライ		チーズいりはんぺんフライ		あぶら					2.3	2.8	

6月は食育月間

毎年6月は食育月間

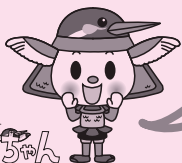
毎月19日は

6月は食育月間

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食育は、生きる上での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるものです。生涯にわたって健康にすごすために、「食」について学んでいきましょう。



今年度の食育の日にテーマは、「偉人の好きな食べ物」です。歴史に名を残した偉人の食生活や好物を紹介しします。



★給食に関する届出について

- 給食を停止する場合・・・病気やけが、入院等の理由により、連続して5日以上給食を欠食する場合は、届出の提出があった日から5日後より給食を停止することができます。停止を希望する場合は、「学校給食申込変更届出書」(町 HP より取得可)に必要事項を記入の上、学校まで提出してください。
- 給食を再開する場合 / 喫食内容を変更する場合・・・再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、「学校給食申込変更届出書」を提出してください。
- ※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。