6月分　学校給食こんだて表

小豆島町立学校給食センター

2025/6/1

オーリーが注目している料理にクッキングオーリーがついています！

※都合により献立は変更することがあります。

日曜	献立名	材料名 おもに体をつくる食品 1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	おもに体の調子を整える食品 3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	おもにエネルギーのもとになる食品 5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂	調味料	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal 小学校	中学校
2 月	**麦ごはん・牛乳**		牛乳			米 おおむぎ			639	789
	厚揚げと春雨のピリ辛炒め	ぶたにく あつあげ		にら	根深ねぎ **にんにく** しょうが	はるさめ さとう	オリーブ油 ごま油	トウバンジャン ブイヨン しょうゆ		
	食べて菜のおかかあえ	かつお節		食べて菜 にんじん	キャベツ			しょうゆ		
3 火	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			637	785
	ポークビーンズ	ぶたにく だいず ちくわ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも さとう	オリーブ油	ケチャップ ブイヨン こしょう		
	カラフルサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ コーン レモン	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう		
4 水	**ひじきとれんこんと鶏肉のピラフ・牛乳**	とりにく	ひじき 牛乳	にんじん	たまねぎ れんこん **にんにく**	米	オリーブ油	ブイヨン こしょう	629	759
	オリーブオイルとポテトのサラダ	ハム		にんじん	たまねぎ きゅうり	じゃがいも さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう		
	チンゲン菜とウインナーのスープ	ウインナー		チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ **しいたけ**			がらスープ 酒 しょうゆ ブイヨン		
	青りんごゼリー					★青りんご ゼリー				
5 木	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			632	766
	さわらのごま風味焼き	**さわら**			しょうが	さとう	ごま油 ごま	しょうゆ みりん 酒		
	ほうれん草のコーンあえ			ほうれん草	キャベツ コーン			みりん しょうゆ		
	大根のみそ汁	油あげ **みそ**	（煮干し）	ねぎ	だいこん えのきたけ					
6 金	**ハヤシライス・牛乳**	ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ	米 じゃがいも	なたね油	米粉ハヤシルウ ブイヨン しょうゆ こしょう ワイン ソース	623	764
	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう		
	お魚せんべい		**★お魚せんべい**							
9 月	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			628	788
	さばのみそ煮	★さばの みそ煮								
	小松菜のこんぶあえ		塩こんぶ	こまつな	キャベツ		ごま油 すりごま			
	ふし汁	かまぼこ	わかめ （こんぶ・煮干し）	ねぎ	たまねぎ	ふし		しょうゆ 塩		
10 火	**わかめごはん・牛乳**	ぶたにく 油あげ	炊き込みわかめ 牛乳	にんじん	ごぼう えだまめ	米	オリーブ油	だしの素	644	786
	ほうれん草のごまドレッシングあえ	ハム		ほうれん草	キャベツ	さとう	ごま油 すりごま	しょうゆ 酢		
	じゃがいものみそ汁	**みそ**	（煮干し）	にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも				
	元気ヨーグルト		元気ヨーグルト							
11 水	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			636	787
	豚肉のうめみそ煮	ぶたにく みそ		ねぎ	しょうが たまねぎ ねりうめ	さとう	オリーブ油 ごま	しょうゆ 酒		
	ブロッコリーのあえもの	かつお節		ブロッコリー にんじん	キャベツ			みりん しょうゆ		
	豆腐のすまし汁	とうふ （かつお節）	わかめ （こんぶ）	ねぎ	たまねぎ えのきたけ			しょうゆ 塩 だしの素		
12 木	**親子丼（麦ごはん）・牛乳**	とりにく たまご	牛乳	にんじん	たまねぎ 根深ねぎ **しいたけ**	米 おおむぎ さとう		しょうゆ みりん だしの素	651	837
	切り干し大根のサラダ			にんじん	だいこん きゅうり	さとう	オリーブ油 すりごま	しょうゆ 酢		
	ベストプリン					★ベスト プリン				
13 金	**麦コッペパン・牛乳**		牛乳			麦コッペパン			682	775
	ツナしょうゆスパゲティ	ベーコン まぐろ		にんじん ピーマン	たまねぎ エリンギ	スパゲティ	オリーブ油	ブイヨン 塩 こしょう しょうゆ		
	アスパラとブロッコリーのサラダ			ブロッコリー **アスパラガス**	コーン	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう		
	バナナ				バナナ					

歯と口の健康週間

安田小 4・5年なし

安田小 4・5年なし

池田小 なし

入梅

星城小 5年なし

星城小 5年なし

幼稚園 保育所 弁当日

日曜	献立名	材料名 おもに体をつくる食品 1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	おもに体の調子を整える食品 3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	おもにエネルギーのもとになる食品 5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂	調味料	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal 小学校	中学校
16 月	**ビビンバ・牛乳**	ぎゅうにく ぶたにく みそ	牛乳	ねぎ にんじん ほうれん草	**にんにく** コーン	米 さとう	オリーブ油 ごま油 すりごま	しょうゆ トウバンジャン	639	775
	彩りスープ	ベーコン		チンゲンサイ にんじん にら	はくさい			がらスープ こしょう ブイヨン しょうゆ		
	キャンディチーズ		チーズ							
17 火	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			614	739
	さけの塩焼き	さけ						塩		
	ブロッコリーとキャベツのごまあえ			ブロッコリー にんじん	キャベツ	さとう	すりごま	しょうゆ		
	かまぼこのすまし汁	かまぼこ （かつお節）	わかめ （こんぶ）	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ			しょうゆ だしの素		
18 水	**大師もち麦ごはん・牛乳**		牛乳			米 ダイシモチ麦			618	762
	豆腐の中華煮	ぶたにく とうふ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しょうが **しいたけ**	さとう でんぷん	ごま油	しょうゆ ブイヨン		
	ほうれん草のおひたし	かつお節		ほうれん草	キャベツ			しょうゆ		
	味付けのり		**のり**							
19 木	**かきまぜ・牛乳**	とりにく	牛乳	にんじん	ごぼう **しいたけ**	米 こんにゃく		しょうゆ みりん だしの素	649	779
	キャベツと小松菜のこんぶあえ		塩こんぶ	こまつな	キャベツ		ごま油 すりごま			
	豚汁	ぶたにく 油あげ **みそ**	（煮干し）	ねぎ	ごぼう	さつまいも こんにゃく				
	みかんクレープ					★みかん クレープ				
20 金	**カレーライス・牛乳**	ぎゅうにく ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが **にんにく**	米 じゃがいも	なたね油	米粉のカレールウ カレー粉 こしょう ブイヨン ソース	629	773
	ひじきとキャベツのサラダ		ひじき	にんじん	キャベツ コーン きゅうり	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢		
23 月	**ジューシー(沖縄風たきこみごはん)・牛乳**	ぶたにく	こんぶ ひじき 牛乳	にんじん	**しいたけ**	米 こんにゃく	なたね油	しょうゆ だしの素 みりん	621	729
	キャベツとツナのレモン風サラダ	まぐろ		にんじん	キャベツ きゅうり レモン	さとう		しょうゆ 酢		
	もずくスープ	ハム	もずく	ねぎ	たまねぎ		ごま油	がらスープ ブイヨン しょうゆ 酒 塩		
	シークワーサータルト					★シークヮー サータルト				
24 火	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			619	759
	高野豆腐の煮物	こうやどうふ とりにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ **しいたけ**	さとう		しょうゆ だしの素		
	小松菜のドレッシングあえ	ハム		こまつな	キャベツ	さとう	すりごま ごま油	しょうゆ 酢		
25 水	**中華丼（麦ごはん）・牛乳**	ぶたにく **いか** うずら卵	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ	米 おおむぎ でんぷん	オリーブ油 ごま油	酒 がらスープ ブイヨン しょうゆ 塩 こしょう	632	772
	はくさいのごまあえ			こまつな にんじん	はくさい		すりごま	しょうゆ		
	冷凍パイン				パイン					
26 木	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			620	756
	たいのオリーブしょうゆかけ	**たい**			**オリーブ**	さとう でんぷん		酒 しょうゆ みりん		
	ブロッコリーのこんぶあえ		塩こんぶ	ブロッコリー にんじん	もやし		すりごま ごま油			
	具だくさんみそ汁	油あげ **みそ**	（煮干し）	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ しめじ					
27 金	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			630	781
	肉じゃが	ぎゅうにく ぶたにく		にんじん	たまねぎ	じゃがいも こんにゃく さとう	オリーブ油	しょうゆ みりん 酒 だしの素		
	海藻サラダ		海藻ミックス	にんじん	コーン キャベツ きゅうり	さとう	ごま油	酢 しょうゆ		
	はまちの骨そぼろ	★はまちの 骨そぼろ								
30 月	**チキンライス・牛乳**	とりにく	牛乳	にんじん	たまねぎ	米	オリーブ油	ワイン ケチャップ ソース ブイヨン こしょう	648	767
	ブロッコリーのツナサラダ	まぐろ	わかめ	ブロッコリー	キャベツ	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢 こしょう		
	五目スープ	ハム		チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ **しいたけ**		ごま油	がらスープ 酒 しょうゆ 塩 こしょう ブイヨン		
	レモンカスタードタルト					★レモンカス タードタルト				

苗羽小・安田小なし

野菜を食べよう週間

星城小 なし

中学校 なし

中学校 なし

★は加工食品　（だし用）

※小豆島産食材を使用している **食材名**は**太字**にしています。