

2020年(令和2年)6月分 学校給食献立表(小学校)第2地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。
 ※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要の方は各学校までお申し出ください。

日・曜	1日・月	2日・火	3日・水	4日・木	5日・金	8日・月	9日・火	10日・水	11日・木	12日・金	15日・月	
献立名	ごはん ぎゅうじゅう あじつけのり いなにわうどん きりぼしだいこんの はりはり	わかめごはん ぎゅうじゅう みそじる チンゲンサイのいために わかめ	コッペパン ぎゅうじゅう はるさめとレタスのスープ ピーマン汁 きなこクリーム	ごはん ぎゅうじゅう ちくぜんに わかめあえ	コッペパン ぎゅうじゅう しぜんふうたまごスープ まぐろとじゃがいものあまからに	ごはん ぎゅうじゅう このはとじ さんどまめのうめドレッシングあえ	ごはん ぎゅうじゅう ふのみそじる さわらのにつけ キャベツときゅうりのあかしあえ	コッペパン ぎゅうじゅう やさいスープ マカロニのクリームに	ごはん ぎゅうじゅう ゆばじる ツナおから ひじきふりかけ	コッペパン ぎゅうじゅう フォー ポーピーズ さくらんぼ	ごはん ぎゅうじゅう にら わかめ(塩蔵) うす揚げ にら みそ みそ 水	ごはん ぎゅうじゅう じゃが芋 たまねぎ にんじん わかめ(塩蔵) うす揚げ にら みそ みそ 水
材料名および使用量(g)	味付けのり 1袋 ○ 鶏肉 20 △ 酒 0.5 △ にんじん 10 △ たまねぎ 10 △ なめこ 7 △ かまぼこ 5 ○ 稲庭うどん 12 △ ねぎ 2 △ うすくちしゅうゆ 3.5 △ こいくちしゅうゆ 0.5 △ 本みりん 0.5 △ だし昆布 0.5 △ けずり節 2 △ 水 100 △	精白米 70 □ 水 91 □ 香わかめ(冷凍) 4 □ 揚げ 0.3 △ 塩 1 □ 豆腐 30 ○ うす揚げ 5 ○ にんじん 12 △ たまねぎ 2 △ うすくちしゅうゆ 3.5 △ こいくちしゅうゆ 0.5 △ 本みりん 0.5 △ だし昆布 0.5 △ けずり節 2 △ 水 100 △	鶏肉 20 ○ 豚肉 15 □ 酒 0.5 △ にんじん 10 △ たまねぎ 10 △ こんにゃく 25 △ 厚揚げ 30 ○ レタス 10 △ うすくちしゅうゆ 4 △ 竹筒(煮込み用) 10 △ しょうが 4 △ 醤油 0.5 △ ごま油 0.3 △ 塩 0.1 △	鶏肉 20 ○ 酒 5 ○ にんじん 20 △ じゃがいも 20 △ たまねぎ 20 △ こんにゃく 25 △ 厚揚げ 30 ○ レタス 10 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 2 △ 砂糖 2 △ ごま油 0.3 △ 塩 0.1 △	卵◆ 25 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ 大豆(乾燥) 7 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 2 △ 砂糖 2 △ ごま油 0.3 △ 塩 0.1 △	卵◆ 25 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ 大豆(乾燥) 7 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 2 △ 砂糖 2 △ ごま油 0.3 △ 塩 0.1 △	卵◆ 25 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ 大豆(乾燥) 7 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 2 △ 砂糖 2 △ ごま油 0.3 △ 塩 0.1 △	豚肉 20 △ にんじん 20 △ たまねぎ 20 △ キャベツ 3 △ ホールコーン(水煮) 3 △ みそ 11 △ けずり節 4 △ 水 120 △	卵◆ 25 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ 大豆(乾燥) 7 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 2 △ 砂糖 2 △ ごま油 0.3 △ 塩 0.1 △	鶏肉 15 ○ 豆腐 0.5 △ にんじん 30 △ たまねぎ 10 △ かまぼこ 20 △ うす揚げ 15 △ にら 0.3 △ みそ 4 △ 水 120 △	鶏肉(平めん) 8 □ 豚肉 15 ○ 酒 0.5 △ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ うす揚げ 3 △ こんにゃく 25 △ 干しいたけ 0.3 △ ねぎ 4 △ うすくちしゅうゆ 3 △ 塩 0.1 △ だし昆布 0.5 △ けずり節 3 △ 水 120 △	じゃが芋 30 △ たまねぎ 20 △ にんじん 10 △ わかめ(塩蔵) 2 ○ うす揚げ 5 △ にら 5 △ みそ 11 ○ 水 110 □
エネルギー 蛋白質	547kcal / 21.3g	540kcal / 20.0g	554kcal / 20.0g	596kcal / 23.1g	573kcal / 22.5g	565kcal / 23.9g	573kcal / 24.7g	563kcal / 20.2g	552kcal / 21.0g	561kcal / 22.4g	574kcal / 20.1g	

この期間の給食はありません

【学校給食課からのお知らせ】

令和2年4月から5月の臨時休業期間中は学校給食を実施していないため学校給食費の請求はありません。

学校給食再開後は、6月15日以降に学校給食を実施した回数に応じて請求を行います。

6月分の学校給食費の口座振替日は7月15日です。

日・曜	16日・火	17日・水	18日・木	19日・金	22日・月	23日・火	24日・水	25日・木	26日・金	29日・月	30日・火	
献立名	ごはん ぎゅうじゅう うめぼし マーボー豆腐	コッペパン ぎゅうじゅう チキンとトマトのシチュー だいずときゅうりのツナサラダ	ごはん ぎゅうじゅう わかめスープ いかにのつけ (除去食対応不可) しらすふりかけ	コッペパン ぎゅうじゅう うずらたまごのスープ ししゃものからあげ プチトマト	ごはん ぎゅうじゅう うめぼし わかつか わふうサラダ	ごはん ぎゅうじゅう うめぼし わかつか わふうサラダ	コッペパン ぎゅうじゅう ワンタンスープ ジャーマンサラダ ももヨーグルト	ごはん ぎゅうじゅう うめぼし わかつか わふうサラダ	コッペパン ぎゅうじゅう ワンタンスープ ジャーマンサラダ ももヨーグルト	ごはん ぎゅうじゅう うめぼし わかつか わふうサラダ	ごはん ぎゅうじゅう うめぼし わかつか わふうサラダ	ごはん ぎゅうじゅう うめぼし わかつか わふうサラダ
材料名および使用量(g)	鶏肉 15 ○ 酒 0.5 △ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ もやし 10 △ チンゲンサイ 7 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 塩 0.1 △ こしょう 0.01 △ でんぶん 0.5 △ けずり節 2 △ 水 110 △	鶏肉 20 ○ 調理ワイン 15 △ にんじん 15 △ たまねぎ 40 △ じゃがいも 50 □ トマト(水煮) 10 △ 綿実油 0.5 △ 小麦粉 5 △ 綿実油 2 △ バター 3 △ ウスターソース 3 △ とんかつソース 3 △ チキンプイヨン 10 △ トマトピューレ 5 △ 香辛料 5 △ デミタラソース 7 △ 砂糖 0.5 △ 酒 0.5 △ こしょう 0.03 △ 水 80 △ 大豆(乾燥) 10 △ ツナ(オイル漬け) 12 △ きゅうり 20 △ オリブオイル 15 △ りんご酢 1 △ 酢 2 △ 砂糖 0.5 △ うすくちしゅうゆ 1.5 △ 塩 0.2 △ こしょう 0.02 △	そうめんばち 7 □ かまぼこ 4 □ うす揚げ 5 □ にんじん 10 △ たまねぎ 15 △ じゃがいも 30 □ 干しいたけ 0.3 △ ねぎ 3 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 小麦粉 0.5 △ だし昆布 7 △ プチトマト 2 △ 水 120 △	卵◆ 25 ○ 豚肉 10 □ 酒 0.5 △ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ ねぎ 10 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 小麦粉 0.1 △ けずり節 2 △ 水 100 △	梅干し 15 ○ 鶏肉 15 ○ 酒 0.5 △ わかめ(塩蔵) 3.5 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ じゃがいも 20 △ えのきたけ 10 △ ねぎ 3 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ カレー粉 0.8 △ 塩 7 △ こしょう 2 △ けずり節 2 △ 水 120 △	大豆(乾燥) 10 ○ 鶏肉 15 ○ 酒 0.5 △ 調理ワイン 15 △ にんじん 10 △ たまねぎ 40 △ 干しいたけ 0.3 △ もやし 10 △ ねぎ 3 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 小麦粉 0.1 △ けずり節 2 △ 水 120 △	ワンタンの皮 7 □ 鶏肉 15 ○ 酒 0.5 △ 卵◆ 30 ○ 豆腐 10 △ にんじん 20 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ もやし 10 △ ねぎ 3 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 塩 0.1 △ こしょう 0.01 △ けずり節 2 △ 水 120 △	梅干し 1個 △ 鶏肉 15 ○ 酒 0.5 △ 卵◆ 30 ○ 豆腐 10 △ にんじん 20 △ たまねぎ 20 △ 干しいたけ 0.3 △ もやし 10 △ ねぎ 3 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 塩 0.1 △ こしょう 0.01 △ けずり節 2 △ 水 120 △	鶏肉 15 ○ 酒 0.5 △ とうがん 7 △ えのきたけ 7 △ チンゲンサイ 10 △ たまねぎ 10 △ 干しいたけ 10 △ もやし 3 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 塩 0.1 △ こしょう 0.01 △ けずり節 2 △ 水 120 △	ごはん ぎゅうじゅう とうがんスープ あじのたつたあげ オレンジかん	精白米 65 □ 水 85 □ しめじ 15 ○ ごぼう 5 ○ うす揚げ 2 ○ うすくちしゅうゆ 5 △ こいくちしゅうゆ 0.5 △ 本みりん 0.5 △ 塩 0.2 △ 豆腐 30 ○ にんじん 10 △ かまぼこ 5 △ しめじ 6 △ みつば 3 △ うすくちしゅうゆ 4 △ こいくちしゅうゆ 0.2 △ 塩 0.1 △ 本みりん 0.5 △ けずり節 2 △ 水 100 △	
エネルギー 蛋白質	527kcal / 20.4g	635kcal / 23.2g	550kcal / 23.3g	589kcal / 25.2g	555kcal / 22.4g	637kcal / 21.1g	600kcal / 20.7g	597kcal / 20.8g	564kcal / 25.3g	551kcal / 22.1g	517kcal / 23.3g	

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものとなるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもととなるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちようしをとどるものとなるしよくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー575kcal たんぱく質22.3g