

令和6年度



6月の献立

今月の平均
エネルギー量 795kcal
たんぱく質 33.7g

※ 材料等の都合により献立を変更することがあります。

3日 月曜日	4日 火曜日	5日 水曜日	6日 木曜日	7日 金曜日	変更〆切
ご飯・ABCマカロニスープ 鮭のムニエル(タルタルソース) 添) アスパラガス コーンサラダ・りんごゼリー 牛乳	スタミナ丼 味噌汁 マカロニサラダ 牛乳	給食無し	ご飯・のっぺい汁 豆腐ハンバーグ 添) キャベツのごま風味 ジャコと大根のサラダ 果物(メロン)・牛乳	ご飯 にらたまスープ ジャンボ餃子 大豆もやしのごま風味サラダ 牛乳	5/24(金)
10日 月曜日	11日 火曜日	12日 <早給食> 水曜日	13日 木曜日	14日 金曜日	変更〆切
セルフフィッシュバーガー 白身魚のフライ 添) 千切りキャベツ グリーンサラダ ポトフ・牛乳	ご飯・田舎汁 鶏肉の麦みそ焼き 添) 野菜の胡麻酢あえ 大根のそぼろあん 牛乳	ツナとコーンのピラフ スコッチブロス ほうれん草と茸のキッシュ風 ひよこ豆のサラダ 牛乳	ご飯・もずくのスープ ゴーヤチャンプルー 人参しりしり カルピスゼリー 牛乳	ご飯・味噌汁 チキン南蛮 添) ブロッコリー きのこの和風サラダ 牛乳	5/31(金)
17日 月曜日	18日 火曜日	19日 水曜日	20日 木曜日	21日 金曜日	変更〆切
給食無し	ご飯・レタスのスープ ミートローフ 添) コーンポテト ミモザサラダ 牛乳	ターメリックライス ひき肉と豆のカレー ミネストローネ コールスローサラダ 牛乳	ご飯・味噌汁 豆あじの南蛮漬け 青菜のおかかあえ 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯・ごまだれ汁 鶏肉のねぎ塩ソース 添) 野菜炒め 大根とツナの和風サラダ 牛乳	6/7(金)
24日 月曜日	25日 火曜日	26日 水曜日	27日 木曜日	28日 金曜日	変更〆切
ジャージャー麺 中華スープ もやしと胡瓜の中華あえ 杏仁豆腐 牛乳	ご飯・味噌汁 鶏の唐揚げ 添) ブロッコリー・ミニトマト じゃこのさっぱりサラダ 牛乳	三色丼・紅生姜 根菜のみそ汁 ポテトサラダ 果物(小玉すいか) 牛乳	ご飯・薩摩汁 魚の西京焼き 添) 青菜の胡麻あえ 五目豆 牛乳	ご飯・かきたま汁 蒸し鶏の香味ソース きんぴらごぼう フルーツヨーグルト 牛乳	6/14(金)

給食は「バランスのとれた食事をするための目安」になるように作られています。

主食になるご飯(時々パンや麺類)に、肉や魚のおかず(主菜)
野菜たっぷりの副菜、具だくさんの汁物、時々デザートや果物
そして、牛乳の組み合わせです。
全部食べると、バランスのとれた食事になります。
毎日しっかり食べましょう！



普段、私たちが口にしている **食** には、多くの方々が関わっています。
感謝の気持ちを持ちながら、これを機会に、**食** について考えてみませんか？



！！予約をした給食は、必ず食べに来てください！！