



# 6月予定献立表

舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品						
				【赤】血や肉や骨をつくる 【1群】		【緑】体の調子を整える 【2群】		【黄】熱や力になる 【3群】		
3 月	ごはん	○	ささみフライ グリーンサラダ ボテスープ	ベーコン ささみ	ぎゅうにゅう かえりにぼし	にんじん バセリ フリルレタス プロッコリー	たまねぎ きゅうり	たまねぎ きゅうり	ごはん さとう じゃがいも こむぎこ パンこ	あぶら パン
4 火	ごはん	○	●こざかなとだいすのごまがらめ ●スティックきゅうり はっぽうさい レモンゼリー	ぶたにく いか だいす	ぎゅうにゅう かえりにぼし	にんじん ピーマン	しょうが キャベツ たまねぎ きゅうり レモン たけのこ ほししいたけ	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごま	
5 水	ごはん	○	●トンテキ ひじきあえ たきあわせ	歯と口の健康	あつあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん さやいんげん	だいこん にんにく キャベツ とうもろこし	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	
6 木	ごはん	○	いわしのうめに ●かみかみサラダ かみごたえのある ぶたじる	週間	ぶたにく あつあげ みそ いわし	ぎゅうにゅう こまつな	にんじん	だいこん きゅうり しょうが とうもろこし うめ きりぼしだいこん	ごはん さとう こんにゃく でんぶん ソイグ マヨネーズ じゃがいも	ごま
7 金	こめこパン	○	●チリコンカン ゆでプロッコリー にらたまスープ	たまご ぶたにく きんときまめ	ぎゅうにゅう にら プロッコリー	にんじん にんにく	たまねぎ はなびらたけ にんにく	パン こめこ でんぶん	あぶら	
10 月	ごはん	○	●たこのからあげ すみそあえ ●かみかみくろまめ じゃがいものそぼろに	ぶたにく くろまめ だいす みそ たこ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり	ごはん さとう じゃがいも でんぶん	あぶら	
11 火	ごはん	○	ショウロンボウ だいこんサラダ ホイコウロウ	ぶたにく あかみそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ピーマン	にんにく だいこん たまねぎ キャベツ たけのこ きゅうり しょうが	ごはん さとう はるさめ こむぎこ でんぶん	あぶら ごまあぶら ラード	
12 水	えびピラフ	○	コロッケ ピーナッツあえ オニオングループ	えび ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん バセリ プロッコリー	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ もやし	ごはん さとう じゃがいも パンこ こむぎこ ピーナッツ	バター ラード あぶら	
13 木	ごはん	○	さばのごまみりんやき ピーフンソテー みそしる	あつあげ みそ さば ベーコン	ぎゅうにゅう にんじん ピーマン	だいこん にんじん キャベツ	きくらげ ねぎ キャベツ にんにく しょうが	ごはん さとう ピーフン	ごま あぶら	
絵本給食「イチゴの村のお話たち」				ベーコン たまご	ぎゅうにゅう にんじん パセリ ミディトマト	にんじん たまねぎ	たまねぎ とうもろこし	パン ライむぎこ こむぎこ じゃがいも	あぶら マヨネーズ	
14 金	ライむぎ パン	○	ゆでたまご マヨネーズ ハーブポテト ミティトマト コーンチャウダー ミルメーク (いちご)	ベーコン たまご	ぎゅうにゅう にんじん パセリ ミティトマト	にんじん たまねぎ	たまねぎ とうもろこし	パン ライむぎこ こむぎこ じゃがいも	あぶら マヨネーズ	
17 月	ごはん	○	カレイのたつたあげ ごまあえ おやこに	とりにく あつあげ たまご カレイ	ぎゅうにゅう にんじん チンケンサイ	たまねぎ しめじ きゅうり しょうが	もやし しめじ きゅうり しょうが	ごはん さとう こんにゃく でんぶん じゃがいも	あぶら ごま	
18 火	ごはん	○	ぶたにくとレバーのケチャップがらめ きゅうりのすのもの みそしる	うすあげ みそ レバー ぶたにく	ぎゅうにゅう れんにゅう こまつな	にんじん にんじん きゅうり	だいこん もやし しょうが	ごはん さとう でんぶん	あぶら	
19 水	ごはん	○	とりにくのマスタードやき ピーンズサラダ クリームシチュー	ベーコン とりにく しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう にんじん プロッコリー	たまねぎ とうもろこし アスパラガス キャベツ	ごはん さとう じゃがいも こむぎこ パンこ ごま	あぶら ソイグ マヨネーズ		
20 木	ごはん	○	さけのてりやき おひたし だいすのいそに	だいす あつあげ さけ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき さやいんげん こまつな	にんじん にんじん さやいんげん こまつな	ゆうきキャベツ	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	あぶら	
21 金	ごはん	○	きびなごのカリカリフライ しょうがびたし マーボーどうふ	ぶたにく あかみそ きびなご	ぎゅうにゅう にら	にんじん ねぎ たけのこ きゅうり ほししいたけ	ハイナップル キャベツ	ごはん さとう でんぶん じゃがいも	あぶら ごまあぶら	
24 月	ごはん	○	あじフライ コーンあえ ちくせんに	とりにく あじ	ぎゅうにゅう にんじん さやいんげん	ごぼう たけのこ こまつな	キャベツ とうもろこし じゃがいも	ごはん さとう こんにゃく パンこ こむぎこ	あぶら	
25 火	はつが げんまい ごはん	○	ミティトマトのハヤシライス オムレツ フレンチサラダ	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう にんじん プロッコリー	にんにく しょうが	にんにく しょうが たまねぎ とうもろこし きゅうり	ごはん さとう はつがげんまい でんぶん	あぶら ドレッシング	
26 水	うめライス	○	さわらのみそやき アスパラのごまだれ しらたまじる	とりにく とうふ さわら みそ	ぎゅうにゅう さやいんげん にんじん アスパラガス	うめ ねぎ とうもろこし もやし ほししいたけ	キャベツ	ごはん さとう しらたまだんご でんぶん	ごまあぶら ラーキ ごま	
27 木	ごはん	○	えびシューまい きゅうりのちゅうかあえ すぶた	ぶたにく えび たら	ぎゅうにゅう ピーマン にんじん	たけのこ ゆうききゅうり たまねぎ	しょうが ゆうききゅうり たまねぎ	ごはん さとう でんぶん パンこ じゃがいも	あぶら ごまあぶら	
28 金	ごはん	○	ポークチャップ ボテまめサラダ なめこじる	とうふ みそ だいす ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ピーマン	だいこん なめこ たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によって献立を変更することがありますので了承ください。