



令和7年6月分 給食献立予定表



日付	献立名				エナメル キーン (幼) (小) (中)	主な材料					
	主食	主菜 (メインのおかず)	副菜 (主菜をおぎなう)	その他		血やにくになる	体の調子をとどめる	力や熱のもとになる			
2 (月)	麦ごはん	マーボー厚揚げ	中華きゅうり		503 657	牛乳 厚揚げ	ぶた肉 みそ	しょうが ねぎ たまねぎ 干しいたけ	にんにく にんにく たけのこ きゅうり	米 てんぷん ごま	むぎ ごま油 さとう
3 (火)	セルフウイナーサンド (ウイナー・キャベツソテー) 【米粉パン:小麦・乳】		パンプキンスープ 【小麦、乳】	●ケチャップ	498 622 756	牛乳 ベーコン	ウイナー 豆乳	かぼちゃ パセリ とうもろこし	たまねぎ キャベツ	米粉パン じゃがいも こむぎ バター サラダ油	
4 (水)	親子どんぶり 【たまご、小麦】		キャベツの みそマヨネーズ あえ	★はちみつ レモンゼリー	555 714 836	牛乳 かまぼこ ちくわ 白みそ	とり肉 たまご ちりめん	キャベツ とうもろこし たまねぎ	にんにく 干しいたけ ねぎ	米 ハエツグ マヨネーズ (乳・卵無) はちみつレモンゼリー さとう	むぎ
5 (木)	ソフトめんなすとトマトのソース 【ソフトめん:小麦】【トマトソース:小麦】		青じそサラダ		484 632 792	牛乳 ベーコン	ぶた肉 わかめ	なす トマト 青ピーマン きゅうり	にんにく たまねぎ キャベツ にんにく	ソフトめん サラダ油 オリーブオイル ハヤシルウ さとう 青じそドレッシング (乳・卵無)	
6 (金)	麦ごはん	あじのから揚げ	五目きんぴら	もってえねんジャーの日	515 652 777	牛乳 ぶた肉	あじ 平天	にんにく 赤ピーマン 青ピーマン えだまめ	たまねぎ 黄ピーマン ごぼう	米 てんぷん ごま サラダ油	むぎ さとう 揚げ油 じゃがいも
9 (月)	麦ごはん	牛肉と野菜のうま煮	きゅうりの梅あえ	●のり佃煮	492 634 756	牛乳 ちくわ こんぶ	ぎゅう肉 のり かつおぶし	ぶなしめじ えだまめ きゅうり ねりうめ	にんにく たまねぎ ごま ごぼう	米 さとう	むぎ じゃがいも
10 (火)	米粉パン 【小麦・乳】	鶏肉の瀬戸内レモンソース	野菜とほたてのスープ	●白桃ジャム	496 642 789	牛乳 チキンハム	とり肉 ホタテ	レモン果汁 キャベツ えだまめ	にんにく たまねぎ	米粉パン じゃがいも さとう 白桃ジャム	
11 (水)	大豆入りドライカレー 【小麦】		あじさいサラダ		492 664 796	牛乳 大豆	ぶた肉 ぎゅう肉	しょうが にんにく ピーマン キャベツ きゅうり パイン	たまねぎ マッシュルーム レッドキャベツ きゅうり	米 サラダ油 じゃがいも にんにくドレッシング カレーパウダー	むぎ
12 (木)	塩ラーメン 【中華めん:小麦】		きゅうりの土佐漬け	●冬瓜マフィン 【小麦、乳】	546 677 807	牛乳 焼豚 わかめ 豆乳	ぶた肉 なると かつおぶし	しょうが たまねぎ もやし きゅうり とうがん	にんにく キャベツ ねぎ ゆず果汁 りんご	中華めん さとう ケーキックス粉 ごま油	
13 (金)	麦ごはん	さばの南部焼き	キャベツのレモンあえ みそ汁		502 632 778	牛乳 とうふ	さば みそ	だいこん ごま にんにく レモン果汁 しめじ	たまねぎ キャベツ レモン果汁	米 ごま さとう	むぎ ごま油
16 (月)	ビビンバ		もずくスープ		494 609	牛乳 みそ とうふ	ぎゅう肉 ささみ もずく	にんにく だいこん ごま たまねぎ ねぎ	にんにく もやし ぜんまい とうもろこし	米 さとう	むぎ ごま油
17 (火)	米粉パン 【小麦・乳】	鶏肉のマーマレード焼き	ズッキーニのトマトスープ	●冷凍みかん	507 657 786	牛乳 ベーコン	とり肉	にんにく たまねぎ キャベツ トマト りんご	セロリ ズッキーニ マッシュルーム みかん	米粉パン じゃがいも マーマレード	
18 (水)	たこめし	いしもちじゃこの 甘酢味	とうふの赤だし	★ヨーグルト 【乳】	506 651 764	牛乳 とうふ たこ みそ	ジャコ ヨーグルト あぶらあげ わかめ	にんにく たまねぎ なめこ	えだまめ だいこん ねぎ	米 さとう	むぎ 揚げ油
19 (木)	ぶっかけうどん 【うどん:小麦】【汁:小麦】		照り焼きつくね 甘酢あえ	★わらびもち	558 629 778	牛乳 わかめ	かまぼこ つくね	えのき キャベツ とうもろこし	ねぎ きゅうり もやし	うどん てんぷん わらびもち	さとう
20 (金)	麦ごはん	豚キムチ炒め	ナムル	●小魚	603 749	牛乳 あぶらあげ みそ	ぶた肉 かたくちいわし	にんにく キャベツ にんにく だいこん ごま 赤ピーマン	しょうが たまねぎ もやし	米 さとう	むぎ ごま油
23 (月)	麦ごはん	まごわ(は)やさしい みそ煮込み	ししゃも おかかあえ		485 607 747	牛乳 かつおぶし みそ ししゃも	とり肉 こんぶ 平天	にんにく ごぼう だいこん えだまめ チンゲン菜	れんこん 干しいたけ きゅうり キャベツ	米 ごま さとう	むぎ じゃがいも
24 (火)	米粉パン 【小麦・乳】	マッシュルームの クリーム煮【小麦、乳】	ぷちっともち玄米サラダ		493 664 804	牛乳 とうにゅう ちりめん	とり肉 チキンハム	たまねぎ マッシュルーム きゅうり とうもろこし	にんにく えだまめ キャベツ	米粉パン じゃがいも もち玄米 ホワイトルウ ごま	
25 (水)	麦ごはん	さわらの レモンみそかけ	じゃこピー かみなり汁		490 626 751	牛乳 みそ ぶた肉	さわら ちりめん とうふ かつおぶし	レモン果汁 にんにく ねぎ	ごぼう だいこん ピーマン	米 サラダ油 さとう	むぎ ごま油
26 (木)	中華風つけめん 【中華めん:小麦】		えびと大豆の甘酢あえ 【えび】	★豆乳プリン	579 694 851	牛乳 えび	ポークハム だいず	とうもろこし にんにく もやし	きゅうり キャベツ	中華めん 揚げ油 ごま さとう てんぷん 豆乳プリン(乳卵なし)	ごま油
27 (金)	チキンライス 【乳】	ハムステーキ	ビーンズスープ		484 612 740	牛乳 ボロニアステーキ だいず	とり肉	マッシュルーム たまねぎ キャベツ もやし	にんにく グリーンピース 赤ピーマン えだまめ	米 じゃがいも バター	むぎ
30 (月)	ツナそばろどんぶり 【たまご(別配缶)】		みそ汁	●黒糖まめ	524 672	牛乳 とうふ あぶらあげ みそ	ツナ たまご ちりめん だいず	しょうが えだまめ だいこん	にんにく たまねぎ ねぎ	米 サラダ油 じゃがいも	むぎ さとう 黒糖

※○印は瀬戸内市基本献立です。 ※●は、小袋が付きまます。★は直接学校に配送されます。
 ※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日付きまます。
 ※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい8品目に該当するものを【 】に載せています。
 ※米粉パン【小麦・乳】、米粉中華めん・うどん・ソフトめん【小麦】が含まれています。
 ※瀬戸内市のホームページに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。
 ※6月6日は「もってえねんジャーの日」です。この日は、特に残さず食べまます。



6月の瀬戸内市産 食材使用予定

米 小麦粉 キャベツ
 きゅうり じゃがいも たまねぎ
 ズッキーニ 裳掛手作りみそ ねぎ