



令和5年 6月

学校給食献立表

滑川町教育委員会

| 日付 | 献立 | | | | 食品群 | | | 栄養量 | | | | | | | |
|------------------------------|----|------|--------------------------|---|-----------------------|---|--|--|--------|------|--------|------|-------|-----|-------|
| | 日曜 | スプーン | 主食 | 献立 | 汁物 | 血や肉を作る | 力や体温となる | 身体の調子を整える | 小エネルギー | 小蛋白質 | 中エネルギー | 中蛋白質 | | | |
| 1 木 | ○ | | コッペパン スライス | スラッピードッグ 「スラッピージョー」 「やきウインナー」 スティックチーズ | ジュリエンス スープ | 牛乳 豚肉 ベーコン 豚レバーチップ ウインナー スティックチーズ | コッペパン 油 じゃが芋 きび砂糖 パン粉 | セロリー 玉葱 キャベツ にんにく 人参 パセリ 枝豆 | 634 | 30.7 | 799 | 38.1 | | | |
| 2 金 | ○ | | すめし | ごもくずしのぐ しろみざかなフリッター | じゃがいもの みそしる | 牛乳 鶏肉 豆腐 わかめ 味噌 油揚げ 白身魚フリッター | 酢飯 じゃが芋 油 蒟蒻 砂糖 | 長葱 人参 玉葱 ごぼう 蓮根 枝豆 | 630 | 22.6 | 845 | 29.4 | | | |
| 5 月 | ○ | | ごはん | 《かみかみこんだてしゅうかん》 かみかみピリからこんやく にくだんごのあますあんかけ | ごもく スープ | 牛乳 豚肉 豆腐 なると うすら卵水煮 肉団子 | 白飯 ごま油 蒟蒻 砂糖 きび砂糖 ごま 澱粉 | 人参 生姜 玉葱 干し椎茸 チンゲン菜 長葱 青ピーマン | 609 | 25.6 | 800 | 33.0 | | | |
| 6 火 | ○ | | ごはん | とうふのちゅうかに とびうおかみかみたつたあげ | | 牛乳 豚肉 豆腐 なると とびうお竜揚げ | 白飯 油 砂糖 澱粉 ごま油 | 玉葱 人参 生姜 さやいんげん にんにく | 601 | 25.8 | 758 | 30.7 | | | |
| 7 水 | ○ | | ホット ちゅうかめん | にらまんじゅう メロン | かみかみ ながさき チャンボン | 牛乳 豚肉 いか なると 蒲鉾 にらまんじゅう | ホット中華麺 油 ごま油 | キャベツ 長葱 人参 玉葱 もやし コーン にんにく 生姜 メロン | 607 | 28.2 | 736 | 34.7 | | | |
| 8 木 | | | ごはん | かみかみぶたごぼうどん | どさんこじる | 牛乳 豚肉 豆腐 味噌 | 白飯 油 じゃが芋 ごま油 蒟蒻 三温糖 ごま | にんにく もやし 人参 玉葱 長葱 コーン 生姜 ごぼう | 646 | 25.4 | 836 | 31.4 | | | |
| 9 金 | ○ | | ピタパン 中・デニッシュ ペストリー | かみかみピタサンド 「カレーコロッケ」 「きんぴらごぼう」 | やさいスープ | 牛乳 豚肉 ベーコン | ピタパン ごま油 デニッシュペストリー 油 砂糖 ごま カレーコロッケ | 人参 玉葱 蓮根 キャベツ 小松菜 コーン ごぼう | 581 | 22.6 | 811 | 28.4 | | | |
| 12 月 | | | ごはん | うちまめとこんぶのもの はんぱーくのうめおろしソース | キャベツの みそしる | 牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ 味噌 大豆 昆布 ハンバーグ | 白飯 じゃが芋 油 蒟蒻 砂糖 きび砂糖 | キャベツ 長葱 人参 大根 練り梅 | 612 | 25.4 | 804 | 32.5 | | | |
| 13 火 | ○ | | ごはん | ソースかつどん 「ソースカツ」 「キャベツソテー」 | わかめスープ | 牛乳 ベーコン わかめ 豆腐 なると チキンカツ | 白飯 ごま油 油 ごま 三温糖 | 生姜 人参 玉葱 長葱 キャベツ | 593 | 21.8 | 760 | 26.8 | | | |
| 14 水 | | | じごなうどん | あげじゃがのそぼろあえ | カレー なんばん | 牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ なると | 地粉うどん 油 澱粉 きび砂糖 カットポテト | 玉葱 人参 長葱 小松菜 生姜 | 685 | 25.4 | | | | | |
| 15 木 | ○ | | こどもパン スライス | フィッシュバーガー 「たらフライ」 「サラダ(サンドよう)」 「(サウザンアイランドドレッシング)」 | キャロット スープ | 牛乳 ベーコン 生クリーム 脱脂粉乳 シュレッドチーズ たらフライ | 子供パン 油 ドレッシング | 玉葱 人参ペースト パセリ キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 | 661 | 25.1 | | | | | |
| 16 金 | ○ | | ごはん | チンジャオロースー みずまんじゅう | トックスープ | 牛乳 鶏肉 豚肉 | 白飯 ごま油 油 トック きび砂糖 澱粉 水まんじゅう | 干し椎茸 チンゲン菜 人参 大根 長葱 生姜 筍 青ピーマン | 665 | 23.7 | 838 | 29.4 | | | |
| 19 月 | ○ | | ごはん | 《おおいたけんのりょうり》 とりめしのぐ さばのしおやき | かほちゃの みそしる | 牛乳 鶏肉 豆腐 味噌 さばの塩焼き | 白飯 油 きび砂糖 | 人参 大根 玉葱 南瓜 長葱 ごぼう にんにく | 656 | 27.8 | 811 | 32.5 | | | |
| 20 火 | ○ | | 小・はちみつパン 中・ツイストパン | アスパラガスのサラダ (こうみしおドレッシング) 中・しろみざかなフライ | コーン チャウダー | コーヒー牛乳 牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 シュレッドチーズ 生クリーム たらフライ | はちみつパン パター ツイストパン じゃが芋 油 ドレッシング | 人参 玉葱 コーン コーンペースト アスパラガス 胡瓜 キャベツ 赤ピーマン | 557 | 20.4 | 787 | 30.8 | | | |
| 21 水 | | | ホット ちゅうかめん | ナムル (かんこくナムルドレッシング) あんまん | キムチ みそラーメン | 牛乳 豚肉 味噌 | ホット中華麺 ごま油 きび砂糖 あんまん ごま ドレッシング | 生姜 にんにく 玉葱 キャベツ もやし 人参 コーン にら 長葱 キムチ漬け 胡瓜 小松菜 | 642 | 26.0 | 728 | 29.9 | | | |
| 22 木 | | | ごはん | あぶらみそどん 中・カルシウムウエハース | いももち だんごじる | 牛乳 豚肉 なると 味噌 | 白飯 油 砂糖 蒟蒻 おじゃがもちボール カルシウムウエハース | 人参 大根 ごぼう 生姜 長葱 玉葱 茄子 青ピーマン | 621 | 24.0 | 831 | 29.8 | | | |
| 23 金 | ○ | | むぎごはん | イタリアンサラダ (イタリアンドレッシング・クルトン) | チキンカレー | 牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 豚レバーチップ シュレッドチーズ | 麦ご飯 油 じゃが芋 きび砂糖 クルトン ドレッシング | にんにく 生姜 玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 赤ピーマン | 649 | 21.1 | 839 | 26.0 | | | |
| 26 月 | | | ごはん | きりぼしだいこんのもの ユーリンチー のりふりかけ | わかめの みそしる | 牛乳 豚肉 豆腐 味噌 わかめ 凍り豆腐 油揚げ 若鶏の唐揚げ のりふりかけ | 白飯 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 きび砂糖 | 玉葱 長葱 人参 生姜 切干大根 干し椎茸 さやいんげん にんにく | 668 | 28.1 | 832 | 32.3 | | | |
| 27 火 | ○ | | ごはん | マーボーどうふ いわしカレーチースフライ | | 牛乳 豚肉 豆腐 いわしカレーチースフライ | 白飯 砂糖 油 ごま油 澱粉 | 人参 玉葱 長葱 にんにく 生姜 筍 干し椎茸 にら | 695 | 27.4 | 854 | 32.1 | | | |
| 28 水 | | | じごなうどん | たこちゃんあげ れいとうみかん | なすの かけじる | 牛乳 豚肉 油揚げ たこちゃん揚げ | 地粉うどん 油 ごま ごま油 | 人参 大根 茄子 長葱 小松菜 冷凍みかん | 648 | 23.3 | 737 | 26.8 | | | |
| 29 木 | ○ | | むぎごはん | キーマカレー | ミネストローネ | 牛乳 豚肉 ベーコン 豚レバーチップ 大豆 シュレッドチーズ | 麦ご飯 マカロニ 油 オリーブ油 パン粉 きび砂糖 じゃが芋 | にんにく 玉葱 人参 セロリー キャベツ パセリ カットマト 生姜 コーン 枝豆 | 685 | 27.7 | 889 | 34.6 | | | |
| 30 金 | ○ | | 小・フラワーロール 中・はちみつパン | スパゲティナポリタン フルーツポンチ | | 牛乳 ベーコン レバー入りウインナーカット パルメザンチーズ | フラワーロール 油 はちみつパン きび砂糖 スパゲティ ナタデココ ダイスレモンゼリー | 玉葱 人参 青ピーマン バイン缶 ミックストフルーツ (黄桃・洋梨・りんご・白桃) | 641 | 21.8 | 785 | 26.4 | | | |
| 小・22回 中・20回 | | | | | | | | 平均栄養量 | | | | 636 | 25.0 | 804 | 30.8 |
| ※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。 | | | | | | | | 栄養基準量 | | | | 650 | 18~32 | 830 | 25~40 |

6月4日~10日は「歯の衛生週間」です

むし歯を予防するには「歯みがき」だけでなく、「よくかんで食べる」ということも大切です。
「歯の衛生週間」に合わせて、給食では「カミカミメニュー」とし、かみごたえのある食材を使用した献立になります。よくかんで食べましょう。



6月1日の「スティックチーズ」について

5月19日小学校献立の「ぬるチーズ」の欠品に関して、献立変更にご協力いただきありがとうございました。
小学校へ提供できなかった「ぬるチーズ」の代替として、6月1日に「スティックチーズ」を提供いたします。
※中学校も献立表どおり提供予定です。

