

\* 年間および毎月使用物資 成分配合表については市ホームページをご覧ください。尚、献立変更等、学校独自で使用する物資の場合は各学校にお問い合わせください。



2026 年

# 6 月 献立表

- 牛乳は毎日つきます。
- 都合により献立の一部を変更することがあります。
- 学校給食において、調理工程および加工品等の微量混入(コンタミネーション)の可能性は排除できません。

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
飲用牛乳 ごはん ◎ タットリタン ○ 小松菜のごま炒め	飲用牛乳 アップルパン ◎ 花豆のポターージュ ○ ひじきの洋風煮	飲用牛乳 ごはん ◎ みそ汁 ○ ハンバーグケチャップソース ● 手作りなめたけ	飲用牛乳 ごはん ◎ ジャージャン豆腐 ○ 茎わかめの炒め煮	飲用牛乳 ごはん ◎ けんちん汁 ○ いわしのひつまぶし風 ★ ヨーグルト
◎ とり肉 じゃがいも 人参 白ねぎ 玉ねぎ しょうが 油 濃ししょうゆ ○ ぶた肉 小松菜 玉ねぎ 白ごま 油 濃ししょうゆ	◎ とり肉 じゃがいも 人参 じゃがいも パセリ 玉ねぎ 油 小麦粉 スキムミルク 塩 こしょう ○ ひじき ショルダーベーコン 人参 ホールコーン 油 砂糖 チキンソメ 濃ししょうゆ みりん	◎ 豆腐 わかめ じゃがいも 人参 玉ねぎ 青ねぎ 煮干し 信州みそ ○ ハンバーグ ケチャップ ウスターソース みりん ● えのきたけ 濃ししょうゆ 煮干し 砂糖 みりん	◎ ぶたひき肉 厚揚げ 人参 チンゲン菜 キャベツ 白ねぎ しょうが しいたけ 油 砂糖 中華スープ 濃ししょうゆ ○ とり肉 人参 玉ねぎ 茎わかめ 油 ごま油 酒 砂糖 濃ししょうゆ	◎ ぶた肉 豆腐 つきこんにやく 人参 キャベツ ごぼう 青ねぎ 削り節 だし昆布 淡ししょうゆ ○ いわし せんぶん 油 しょうが 砂糖 濃ししょうゆ みりん せんぶん ★ ヨーグルト
8	9	10	11	12
飲用牛乳 □ 中華ごぼうごはん アルファ化米◎ 野菜いっぱいのスープ ○ 焼きししゃも	飲用牛乳 コッペパン ◎ 焼きそばスパゲティ ○ フライビーンズ △ いちごジャム	飲用牛乳 ごはん ◎ ワンタンスープ ○ 高野のミート丼	飲用牛乳 ごはん ◎ じゃがいものそばろ煮 ○ ホキのヤッサソース	飲用牛乳 玄米入りごはん ◎ 都会汁 ○ 焼きしゅうまい ● 梅ひじきふりかけ
□ アルファ化米 アルファ化もち米 ぶた肉 青ねぎ 人参 ごぼう しいたけ 油 塩 ごま油 みりん 中華スープ 淡ししょうゆ ◎ とり肉 人参 玉ねぎ 白ねぎ キャベツ じゃがいも しょうが 油 削り節 塩 酒 淡ししょうゆ ○ ししゃも	◎ スパゲティ ぶた肉 人参 ビーンズ キャベツ 玉ねぎ 油 ウスターソース とんかつソース 塩 こしょう ○ 大豆 せんぶん 油 白ごま 砂糖 濃ししょうゆ みりん △ いちごジャム	◎ ワンタンの皮 とり肉 人参 じゃがいも もやし 油 中華スープ 塩 淡ししょうゆ ○ ぶたひき肉 ひきわり大豆 高野豆腐 人参 玉ねぎ 切干大根 しょうが 油 酒 塩こしょう 砂糖 テンメシジャン 濃ししょうゆ みりん カレー粉 ごま油 せんぶん	◎ とりひき肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 三度豆 油 削り節 濃ししょうゆ 砂糖 せんぶん ○ ホキ 塩 こしょう せんぶん 油 玉ねぎ にんにく 酢 オリーブ油 レモン果汁 チリパウダー 砂糖 塩 こしょう	◎ ぎゅう肉 ぶた肉 えのきたけ 人参 青ねぎ 玉ねぎ キャベツ 油 削り節 信州みそ ○ しゅうまい ● ひじき ねり梅 白ごま 砂糖 濃ししょうゆ みりん 削り節
15	16	17	18	19
飲用牛乳 ごはん ◎ 厚揚げの中華煮 ○ ジャーマンポテト	飲用牛乳 黒糖パン ◎ 豆乳シチュー ○ 海藻サラダ △ 角チーズ	飲用牛乳 ごはん ◎ みそ汁 ○ さわらのごましょうゆかけ ● 切干大根の煮物	飲用牛乳 ごはん ◎ 関東煮 ○ 三色ナムル	飲用牛乳 ごはん ◎ マーボー春雨 ○ とり肉のレモンソース
◎ ぶた肉 厚揚げ うずら卵 人参 キャベツ しょうが 油 砂糖 中華スープ 濃ししょうゆ せんぶん ○ ショルダーベーコン じゃがいも 人参 パセリ 玉ねぎ 油 チキンソメ 淡ししょうゆ 塩 こしょう	◎ とり肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ キャベツ 削り節 豆乳 油 白みそ 信州みそ 塩 こしょう せんぶん ○ 人参 もやし きゅうり わかめ ごま油 砂糖 淡ししょうゆ 酢 △ チーズ	◎ 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ じゃがいも 削り節 信州みそ みりん ○ さわら 白ごま 砂糖 せんぶん ● うすあげ 人参 切干大根 油 削り節 砂糖 濃ししょうゆ	◎ とり肉 ちくわ 厚揚げ 人参 じゃがいも こんにやく 濃ししょうゆ ○ 小松菜 人参 もやし 白ごま 油 砂糖 淡ししょうゆ 中華スープ 濃ししょうゆ ○ 衣付きとり肉 油 砂糖 淡ししょうゆ レモン果汁 みりん	
22	23 食育献立(神奈川県)	24	25	26
飲用牛乳 ごはん ◎ カレーライス ○ キャベツと人参のソテー ★ キャラメルケーキ	飲用牛乳 うずまきパン ◎ サンマーメン ○ 五目豆 △ ブルーベリージャム	飲用牛乳 ごはん ◎ トマトぶたじゃが ○ さけのパジルソース ★ ぶどうゼリー	飲用牛乳 ごはん ◎ トック入りスープ ○ プルコギ △ 味付け小魚	飲用牛乳 ごはん ◎ 中華丼 ○ 揚げぎょうざ
◎ とり肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 加え粉 加え粉 ケチャップ ローリエ 塩 こしょう ○ ショルダーベーコン 人参 キャベツ 油 淡ししょうゆ 塩 ★ 米粉 砂糖 塩 油 ペーキングパウダー 花豆ペースト グラニュー糖	◎ 中華麺 ぶた肉 人参 キャベツ 青ねぎ もやし にんにく しょうが しいたけ 中華スープ ごま油 濃ししょうゆ 油 せんぶん 塩 こしょう ○ とり肉 味付大豆 人参 たけのこ こんにやく 濃ししょうゆ 砂糖 △ ブルーベリージャム	◎ ぶた肉 じゃがいも 人参 トマト トマト水煮 三度豆 玉ねぎ 油 削り節 砂糖 濃ししょうゆ ○ さけ 塩 パジル 砂糖 オリーブ油 濃ししょうゆ レモン果汁 せんぶん ★ ぶどうゼリー	◎ とり肉 トック 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ キャベツ 油 中華スープ 濃ししょうゆ ○ ぶた肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 白ごま 油 ごま油 砂糖 濃ししょうゆ 塩 こしょう △ 味付け小魚	◎ ぶた肉 ちくわ うずら卵 人参 チンゲン菜 キャベツ 玉ねぎ たけのこ しょうが 油 ごま油 中華スープ 淡ししょうゆ せんぶん 塩 こしょう ○ ぎょうざ 油
29	30	今月の食育献立		歯と口の健康週間
飲用牛乳 ごはん ◎ ぶた汁 ○ あじフライ ● 手作りふりかけ	飲用牛乳 オリーブパン ◎ ポークビーンズ ○ キャベツのコンソメ煮 △ スライスチーズ	サンマーメン(神奈川県) サンマーメンは、しゃきしゃきした具材をのせた神奈川県のご当地ラーメンです。漢字では「生馬麵」と書き、広東語で「生(サン)」は新鮮・しゃきしゃきした、「馬(マー)」は上へのせるという意味があります。		6月4日～10日は歯と口の健康週間です。この期間の給食では、よく噛んで食べる献立や、カルシウムの多い献立が登場します。
◎ ぶた肉 豆腐 じゃがいも 青ねぎ 人参 玉ねぎ 油 削り節 信州みそ ○ あじフライ 油 砂糖 ウスターソース ● 削り節 白ごま 濃ししょうゆ みりん	◎ ぶた肉 大豆 じゃがいも 人参 玉ねぎ にんにく 油 トマトピューレ ウスターソース ケチャップ 赤ワイン チキンソメ 塩 こしょう せんぶん ○ とり肉 キャベツ 油 みりん チキンソメ 淡ししょうゆ 酒 △ チーズ			よくかんで食べる。1口30回！  ごぼうや人参など、かみごたえのあるものを食べる。 