

2026年

6月献立表

* 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。



- 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(コタメノヨ)の可能性は排除できません。

月	火	水	木	金
1	2	3	4 (歯と口の健康週間)	5 (歯と口の健康週間)
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 جان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 にんにく しょうが 油 とりがスープ 濃しょうゆ トマトソース 砂糖 ○ ぶた肉 小松菜 玉ねぎ 人参 白ごま 油 ごま油 みりん 濃しょうゆ 砂糖	◎ とり肉 花豆パスタ 人参 じゃがいも パセリ 玉ねぎ 油 牛乳 バター 小麦粉 片栗粉 塩 こしょう ○ ひじき ソウダベーキング用塩 人参 ホルモン 油 砂糖 片栗粉 濃しょうゆ 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 濃しょうゆ 煮干し 砂糖 みりん	◎ ぶたひき肉 厚揚げ 人参 ナポリ野菜 キャベツ 白ねぎ しょうが しいたけ 油 砂糖 中華スープ 濃しょうゆ トマトソース テマリソース ○ とうもろこし 酒 塩 こしょう ○ とり肉 人参 玉ねぎ 茎わかめ 油 ごま油 酒 砂糖 濃しょうゆ 塩 こしょう	◎ 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 淡しょうゆ 油 ○ いわし でんぷん 油 しょうが 砂糖 濃しょうゆ みりん ☆ ヨーグルト
8 (歯と口の健康週間)	9 (歯と口の健康週間)	10 (歯と口の健康週間) (9年生なし)	11 (9年生なし)	12 (9年生なし)
飲用牛乳 ○ 中華ごぼろごはん ◎ アルファ化米 野菜いっぱいスープ ○ 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 ◎ じゃがいものそぼろ煮 ○ 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 淡しょうゆ ○ ししゃも	◎ スパゲティ ぶた肉 人参 ピーマン 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 でんぷん 油 白ごま 砂糖 濃しょうゆ みりん △ いちごジャム	◎ ワカメの皮 とり肉 人参 にら 玉ねぎ もやし 油 ごま油 中華スープ 塩 こしょう 淡しょうゆ ○ 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 テマリソース 濃しょうゆ みりん 加粉 ごま油 でんぷん	◎ とりひき肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 三度豆 油 削り節 濃しょうゆ 砂糖 でんぷん ○ 軒 塩 こしょう でんぷん 油 玉ねぎ にんにく 酢 オリーブ油 レモン果汁 片栗粉 砂糖 塩 こしょう	◎ きゅう肉 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 濃しょうゆ みりん 削り節
15	16 (残量調査期間)	17 (残量調査期間)	18 (残量調査期間)	19 (残量調査期間)
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 ○ 海草サラダ	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 うすら卵 人参 キャベツ しょうが 油 砂糖 中華スープ 濃しょうゆ でんぷん ○ ソウダベーキング用塩 じゃがいも 人参 パセリ 玉ねぎ 油 片栗粉 濃しょうゆ 酢	◎ 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 でんぷん ○ 人参 もやし きゅうり わかめ ごま油 砂糖 淡しょうゆ 酢	◎ 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ じゃがいも 削り節 信州みそ ○ さわら 白ごま 砂糖 みりん 濃しょうゆ でんぷん ● うすあげ 人参 切干大根 油 削り節 砂糖 濃しょうゆ	◎ とり肉 ちくわ 厚揚げ 人参 じゃがいも こんにやく 削り節 砂糖 濃しょうゆ ○ 小松菜 人参 もやし 白ごま 油 砂糖 淡しょうゆ ごま油	◎ ぶた肉 春雨 キャベツ 人参 青ねぎ たけのこ しょうが にんにく しいたけ 油 ごま油 砂糖 中華スープ 濃しょうゆ トマトソース オスターソース 塩 こしょう ○ 衣付きとり肉 油 砂糖 淡しょうゆ 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 うすまきパン ◎ サンマーメン ○ 五目豆 △ ブルーベリージャム	<h2>期末考査</h2>	<h2>期末考査</h2>	<h2>期末考査</h2>
◎ とり肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 加味粉 加味粉 ケチャップ 酢 塩 こしょう ○ ソウダベーキング用塩 人参 キャベツ 油 淡しょうゆ 塩 こしょう ☆ 米粉 砂糖 塩 油 パセリ 花豆パスタ 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 淡しょうゆ 油 でんぷん 塩 こしょう ○ とり肉 味付大豆 人参 たけのこ こんにやく 濃しょうゆ 砂糖 △ ブルーベリージャム	<h2>今月の食育献立</h2> <h3>サンマーメン(神奈川県)</h3> <p>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(サン)」は新鮮・シャキシャキした、「馬(マー)」は上にのせるという意味があります。</p>		
29	30	歯と口の健康週間		虫歯を防ぐ食べ方
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	<h2>歯と口の健康週間</h2> <p>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。</p>		<h2>虫歯を防ぐ食べ方</h2> <p>よくかんで食べる。 1口30回!</p> <p>ごぼうや人参など、かみごたえのあるものを食べる。</p>
◎ 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 片栗粉 塩 こしょう でんぷん ○ とり肉 キャベツ 油 みりん 片栗粉 酒			