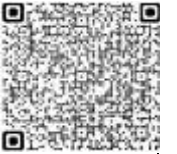


* 年間および毎月使用物資 成分配合表については市ホームページをご覧ください
尚、献立変更等、学校独自で使用する物資の場合は各学校にお問い合わせください。



2025 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
2	3	4	5	6
 飲用牛乳 ごはん ◎ とり肉とじゃがいもの煮物 ○ マーボーキャベツ	 飲用牛乳 アップルパン ◎ フジッリのクリームソース ○ キャベツのコンソメ煮	 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 ○ 高野のミート丼 ◎ ワンタンスープ	 飲用牛乳 ごはん ○ いわしのかば焼き風 ● 手作りふりかけ ◎ みそ汁
◎ とり肉 ちくわ じゃがいも 人参 玉ねぎ 枝豆 油 削り節 濃しょうゆ 砂糖 ○ ぶたひき肉 キャベツ 人参 にんにく しょうが 油 酒 濃しょうゆ トウモロコシ オスターソース 砂糖 ごま油 でんぶん	◎ アジ とり肉 人参 玉ねぎ しめじ 油 けんちん汁 小麦粉 牛乳 粉チーズ 白ワイン オスターソース 塩 こしょう ○ ぶた肉 キャベツ けんちん汁 油 みりん 淡しょうゆ 酒	◎ ぶたひき肉 ひきわり大豆 厚揚げ 人参 けんちん汁 キャベツ 白ねぎ しょうが しいたけ 油 砂糖 中華スープ でんぶん トウモロコシ けんちん汁 濃しょうゆ 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 塩 こしょう けんちん汁 濃しょうゆ 酒 けんちん汁 ◎ けんちん汁の皮 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	○ いわし でんぶん 油 しょうが 砂糖 濃しょうゆ みりん ● 削り節 白ごま 濃しょうゆ みりん ◎ 豆腐 わかめ じゃがいも 人参 青ねぎ 玉ねぎ 削り節 信州みそ
9	10	11	12	13
 飲用牛乳 □ ごぼうごはん ◎ 焼きししゃも ◎ 野菜いっぱいスープ	 飲用牛乳 コッペパン ◎ 焼きそばスパゲティ ○ フライピーズ △ 角チーズ	 飲用牛乳 ごはん ○ さわらの照り焼き ● 梅ひじきふりかけ ◎ 田舎汁	 飲用牛乳 ごはん ◎ カレーライス ○ キャベツと人参のソテー	 飲用牛乳 玄米入りごはん ○ 揚げぎょうざの酢醤油かけ ◎ 厚揚げの中華煮
□ 玄米化米 玄米化もち米 ぶた肉 枝豆 人参 ごぼう しいたけ 削り節 淡しょうゆ みりん 油 ○ ししゃも ◎ とり肉 人参 玉ねぎ 白ねぎ キャベツ しょうが 油 削り節 塩 淡しょうゆ 酒	◎ けんちん汁 ぶた肉 人参 ピーマン キャベツ 玉ねぎ 油 オスターソース とんかつソース 塩 こしょう ○ 大豆 でんぶん 油 白ごま 砂糖 濃しょうゆ みりん △ チーズ	○ さわら 砂糖 濃しょうゆ みりん でんぶん ● ひじき ねり梅 白ごま 砂糖 濃しょうゆ みりん 削り節 ◎ ぶた肉 厚揚げ じゃがいも 人参 キャベツ 青ねぎ 油 削り節 信州みそ	◎ とり肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 塩 こしょう けんちん汁 けんちん汁 けんちん汁 けんちん汁 ○ けんちん汁 けんちん汁 油 淡しょうゆ 塩 こしょう	○ ぎょうざ 油 ごま油 砂糖 酢 濃しょうゆ ◎ 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 でんぶん
16	17	18	19	20 食育献立（長野県）
 飲用牛乳 ごはん ◎ マーボー春雨 ○ ちくわの含め煮	 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 ○ さばの塩焼き ● 切干大根の煮物 ◎ みそ汁	 飲用牛乳 ごはん ◎ 関東煮 ○ 三色ナムル	 飲用牛乳 ごはん ○ とり肉のレモンソース ● 粉豆腐の炒り煮 ◎ ぶた汁
◎ ぶた肉 春雨 キャベツ 人参 青ねぎ もやし 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 トウモロコシ オスターソース 塩 こしょう ○ ちくわ 白ごま ごま油 砂糖 濃しょうゆ みりん	◎ 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 ○ 人参 もやし きゅうり わかめ ごま油 砂糖 淡しょうゆ 酢	○ さば 塩 ● うすあげ 人参 切干大根 油 削り節 砂糖 濃しょうゆ ◎ 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ じゃがいも 削り節 信州みそ	◎ とり肉 ちくわ 厚揚げ 人参 じゃがいも こんにゃく 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	○ 衣付きとり肉 油 砂糖 淡しょうゆ けんちん汁 みりん ● 粉豆腐 ちくわ うすあげ 人参 青ねぎ しいたけ 油 削り節 砂糖 淡しょうゆ みりん ◎ ぶた肉 じゃがいも 青ねぎ 人参 キャベツ 玉ねぎ 油 赤こんにゃく 削り節 信州みそ
23	24	25	26	27
 飲用牛乳 ごはん ○ あじフライ ◎ けんちん汁 ☆ ヨーグルト	 飲用牛乳 うずまきパン ◎ 野菜の洋風煮 ○ 切干大根のレモンマリネ △ ココアクリーム	期末テスト ※給食はありません	期末テスト ※給食はありません	期末テスト ※給食はありません
○ あじフライ 油 オスターソース 砂糖 ◎ ぶた肉 豆腐 つきこんにゃく 人参 キャベツ ごぼう 青ねぎ 油 削り節 淡しょうゆ だし昆布 ☆ ヨーグルト	◎ とり肉 じゃがいも 人参 キャベツ 玉ねぎ けんちん汁 油 淡しょうゆ けんちん汁 塩 こしょう ○ まぐろ油漬 人参 切干大根 油 酢 けんちん汁 砂糖 みりん 淡しょうゆ 塩 △ ココアクリーム	6月は食育月間です 毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食育は、生きる上での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるものです。生涯にわたって健康にすごすために、「食」について学んでいきましょう。	毎年6月は食育月間 毎月19日は食育の日	
30	今月の食育献立 粉豆腐の炒り煮(長野県) 粉豆腐とは、高野豆腐の製造過程で崩れたり割れたものを粉状に加工したものです。 粉豆腐の炒り煮は、粉豆腐とさまざまな具材を調味料とだし汁で煮た料理です。 高野豆腐作りは、鎌倉時代に和歌山県の高野山で始まったといわれています。 室町時代になると、高野豆腐の製法が各地に広まり、高野山と環境が似ている長野県で		歯と口の健康週間 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。	虫歯を防ぐ食べ方 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。