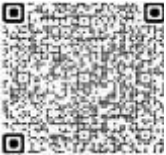


* 年間および毎月使用物資 成分配合表については市ホームページをご覧ください
尚、献立変更等、学校独自で使用する物資の場合は各学校にお問い合わせください。

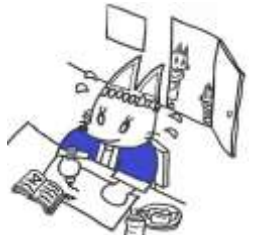


2025 年



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
 ① 飲用牛乳 ごはん ② とり肉とじゃがいもの煮物 ○ マーボーキャベツ	 ① 飲用牛乳 アップルパン ② フジッリのクリームソース ○ キャベツのコンソメ煮	 ① 飲用牛乳 ごはん ② ジャー جان豆腐 ○ 茎わかめの炒め煮	 ① 飲用牛乳 ごはん ○ 高野のミート丼 ② ワンタンスープ	 ① 飲用牛乳 ごはん ○ いわしのかば焼き風 ● 手作りふりかけ ③ みそ汁
④ 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 ○ ふたひき肉 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 オリーブオイル 砂糖 ごま油 でんぷん	④ 7ツリ とり肉 人参 玉ねぎ しめじ 油 しょうが 小麦粉 牛乳 粉チーズ 白りん スライス 塩 こしょう ○ ふた肉 キャベツ しょうが 油 みりん 濃しょうゆ 酒	④ ふたひき肉 ひきわり大豆 厚揚げ 人参 しょうが キャベツ 白ねぎ しょうが しいたけ 油 砂糖 中華スープ でんぷん トウモロコシ しょうが 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	○ ふたひき肉 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 油 砂糖 みりん ⑤ しょうが 濃しょうゆ 酒 加粉 ごま油 でんぷん ⑥ しょうがの皮 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 濃しょうゆ	○ いわし でんぷん 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
 ① 飲用牛乳 □ ごぼうごはん ○ 焼きししゃも ② 野菜いっぱいスープ	 ① 飲用牛乳 コッパパン ② 焼きそばスパゲティ ○ フライビーンズ △ 和泉いちごジャム	 ① 飲用牛乳 ごはん ○ さわらの照り焼き ● 梅ひじきふりかけ ③ 田舎汁	 ① 飲用牛乳 ごはん ② カレーライス ○ キャベツと人参のソテー	 ① 飲用牛乳 玄米入りごはん ○ 揚げぎょうざの酢醤油かけ ③ 厚揚げの中華煮
□ 7ツ化米 7ツ化もち米 ふた肉 枝豆 人参 ごぼう しいたけ 削り節 濃しょうゆ みりん 油 ○ ししゃも ④ とり肉 人参 玉ねぎ 白ねぎ キャベツ しょうが 油 削り節 塩 濃しょうゆ 酒	④ 7ツ化 ふた肉 人参 ピーマン キャベツ 玉ねぎ 油 オリーブオイル 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 △ 和泉いちごジャム	○ さわら 砂糖 濃しょうゆ みりん でんぷん ● ひじき ねり梅 白ごま 砂糖 濃しょうゆ みりん 削り節 ⑤ ふた肉 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	④ とり肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 塩 こしょう カレー しょうが 加粉 しょうが ⑥ しょうがの皮 人参 キャベツ 油 濃しょうゆ 塩 こしょう	○ ぎょうざ 油 ごま油 砂糖 酢 濃しょうゆ ⑤ ふた肉 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
16	17	18	19	20 食育献立（長野県）
 ① 飲用牛乳 ごはん ② マーボー春雨 ○ ちくわの含め煮	 ① 飲用牛乳 黒糖パン ③ 豆乳シチュー ○ 海草サラダ	 ① 飲用牛乳 ごはん ○ さばの塩焼き ● 切干大根の煮物 ④ みそ汁	 ① 飲用牛乳 ごはん ② 関東煮 ○ 三色ナムル	 ① 飲用牛乳 ごはん ○ とり肉のレモンソース ● 粉豆腐の炒り煮 ③ ふた汁
⑤ ふた肉 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 オリーブオイル 塩 こしょう ○ ちくわ 白ごま ごま油 砂糖 濃しょうゆ みりん	⑤ 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 濃しょうゆ 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 ⑥ 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ じゃがいも 削り節 信州みそ	⑤ 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 濃しょうゆ ごま油	○ 衣付きとり肉 油 砂糖 濃しょうゆ しょうが汁 みりん ● 粉豆腐 ちくわ うすら卵 人参 青ねぎ しいたけ 油 削り節 砂糖 濃しょうゆ みりん ⑥ ふた肉 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
 ① 飲用牛乳 ごはん ○ あじフライ ② けんちん汁 ☆ ヨーグルト	 ① 飲用牛乳 うすまきパン ③ 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	期末テスト	期末テスト
○ あじフライ 油 オリーブオイル 砂糖 ⑥ ふた肉 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 濃しょうゆ だし昆布 ☆ ヨーグルト	⑥ とり肉 じゃがいも 人参 キャベツ 玉ねぎ しょうが 油 濃しょうゆ しょうが 塩 こしょう ○ まぐろ油漬 人参 切干大根 油 酢 しょうが汁 砂糖 みりん 濃しょうゆ 塩 △ ココアクリーム			
30	今月の食育献立		歯と口の健康週間	
 ① 飲用牛乳 ごはん ○ ミンチカツ ② トック入りスープ	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		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。	
○ ミンチカツ 油 砂糖 オリーブオイル ⑥ とり肉 トウモロコシ 豆腐 人参 にら 玉ねぎ キャベツ 油 ごま油 削り節 濃しょうゆ 塩	 20日			
	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。	