

令和7年

6月は食育月間です🍴「カミカミこんだて」や「世界の料理」がでるよ!

6月の予定献立表



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量	C=1杯分 -	P=1杯分 質	F=脂質
小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
中学校	830kcal	27~41.5g	18.4~27.7g

	2(月) 4月給食カレンダー1位	3(火) ナイジェリア料理	4(水) 歯と口の健康週間	5(木) 歯と口の健康週間	6(金) 歯と口の健康週間
こ ん だ て	じゃがいもと ほうれん草のソテー あげパン クリームスープ 牛乳	ポフポフ (まるいドーナツ) ジョロフライス ペペスープ 牛乳	ごまボッキ せんぎりイリチー もちぎごはん たまごスープ 牛乳	カミカミフルーツポンチ レンコンつくね げんまいごはん カミカミ とんじる 牛乳	カミカミこんだて 小魚とナッツの みつがらめ むぎごはん とりにくと したらいきため 牛乳
あ か き	生クリーム、牛乳、脱脂粉乳、さくら、鶏肉、ワインナー	ベーコン、鶏肉、ヨーグルト、牛乳、たまご	かまぼこ、かつお節、卵、厚揚げ、牛乳、豚肉、昆布	豆腐、豚肉、白みそ、かつお節、鶏肉、牛乳、大豆	鶏肉、カニ、厚揚げ、牛乳
み ど り	じゃがいも、砂糖、油、バター、小麦粉、黒糖、ショート ケーキ 玉ねぎ、人参、白菜、にんにく、パセリ、ほうれん草、 コーン	ホットケーキミックス、オリーブ油、こめ、砂糖、油 玉ねぎ、トマト、にんじん、グリーンピース、コーン、生 キャベツ	人参、たけのこ、切干大根、小松菜、コーン	大根、人参、葉ねぎ、りんご、ナタデココ、ごぼう、こ にゃく、れんこん、玉ねぎ、生薬、パイナップル、みかん	糸こんにゃく、玉ねぎ、人参、白菜、小松菜、しいたけ、に んにく
小 学 校	C 612 P 21.2 F 28	C 610 P 18.7 F 19.2	C 608 P 24.8 F 16.2	C 610 P 24 F 15.7	C 580 P 26.1 F 16.3
中 学 校	C 672 P 23.2 F 31.7	C 688 P 20.9 F 21.3	C 749 P 28.9 F 18	C 734 P 27.2 F 16.5	C 712 P 30.6 F 18.3
こ ん だ て	9(月) 歯と口の健康週間 かみかみ クッキー チンジャオロース 牛乳 ごまごはん きりぼしだいこん のスープ	10(火) 歯と口の健康週間 カミカミこんだて クリスピーチキン カレーうどん ほねぶと サラダ 牛乳	11(水) ジョージア料理 イスパナヒサラダ (ほうれん草のサラダ) パン シュクメルリ 牛乳	12(木) オレンジ フーイリチー 牛乳 げんまい ごはん ゆしどうふ	13(金) チーズ ラタトゥイユ 牛乳 むぎごはん コンソメスープ
あ か き	豚肉、鶏肉、卵、かつお節、牛乳	かつお節、牛乳、豚肉、鶏肉、油あげ、ちりめん	ロースハム、牛乳、脱脂粉乳、鶏肉、チーズ	赤みそ、白みそ、かつお節、卵、牛乳、ゆし豆腐、豚肉、ふ	大豆、チーズ、かつお節、あさり、牛乳、ベーコン、鶏肉
み ど り	コーンフレーク、でん粉、オリーブ油、ごま油、砂糖、バ ター、白こま小麦粉、むぎ、こめ、油	コーンフレーク、ごま油、カレールウ、砂糖、油、白こ ま小麦粉、小麦粉、うどん(小麦粉)	小麦粉、砂糖、バター、油、さつまいも	ごま油、玄米、こめ、油	じゃがいも、むぎ、こめ、油
小 学 校	C 617 P 24.8 F 16.4	C 654 P 30.1 F 30.9	C 678 P 25.3 F 29.5	C 637 P 30.1 F 18.7	C 589 P 26.3 F 18
中 学 校	C 754 P 28.9 F 18.3	C 764 P 35.4 F 35.7	C 783 P 29.1 F 33.9	C 779 P 35.3 F 21.1	C 712 P 30.2 F 19.7
こ ん だ て	16(月) りんご ひじきのにくみそいため 牛乳 むぎごはん さかな そうめんじる	17(火) タイ料理 ヤムウンセン (あえもの) 牛乳 ガパオライス むぎごはん クワイティオ (ビーフンのスープ)	18(水) ヨーグルト カレーポテトコロッケ 牛乳 わふう トマトとたまごの スパゲティ スープ	19(木) さばのみそに 牛乳 げんまいごはん とうがんの そばろに	20(金) いれいの日献立 やきいも しそあえ 牛乳 ポロポロ シカムドウチ ジュシー
あ か き	豚ひき肉、白みそ、ひじき、かつお節、魚そうめん、牛乳、 大豆	鶏肉、かつお節、牛乳、鶏ひき肉、ツナ	鶏肉、かつお節、卵、牛乳、豚肉、ヨーグルト	さば、豚ひき肉、あみそ、かつお節、厚揚げ、牛乳	カステラ、かまぼこ、豚肉、かつお節、牛乳
み ど り	でん粉、砂糖、むぎ、こめ、油	ごま油、砂糖、ビーフン、むぎ、こめ、春雨	でん粉、オリーブ油、油、バター、スパゲティ、じゃがいも、 砂糖、パン粉	でん粉、砂糖、玄米、こめ、油	砂糖、押麦、こめ、さつまいも
小 学 校	C 572 P 22.4 F 14	C 642 P 29 F 16.2	C 588 P 28.2 F 22.6	C 655 P 28.6 F 23.1	C 562 P 24.9 F 16.8
中 学 校	C 691 P 26.1 F 15.6	C 784 P 34 F 18.2	C 713 P 33.5 F 26.3	C 789 P 32.3 F 24.9	C 666 P 28.8 F 18.9
こ ん だ て	23(月) いれいの日 慰霊の日	24(火) 6・7月バースデーランチ オレンジ なすのひきにいたため 牛乳 げんまいごはん はるさめ スープ	25(水) アメリカ料理 コールスローサラダ 牛乳 ジャンバラヤ ABCマカロニ スープ	26(木) シークワサー ゼリー 牛乳 やさしいチャンプル もちぎごはん イナムドウチ	27(金) ぜんじつ じゅんひ 前日準備 振り替え休日
あ か き	豚ひき肉、赤みそ、かつお節、牛乳	ロースハム、かつお節、牛乳、鶏肉、ワインナー	豆腐、カステラ、かまぼこ、甘口ひき肉、ささぎ、豚肉	豆腐、カステラ、かまぼこ、甘口ひき肉、ささぎ、豚肉	豆腐、豚肉、赤みそ、白みそ、わかめ、かつお節、牛乳、もず く
み ど り	でん粉、ごま油、砂糖、春雨、白こま、玄米、こめ、油	ドレッシング、こめ、むぎ、油、砂糖、じゃがいも、マカロ ニ	もちぎご、こめ、油、砂糖	もちぎご、こめ、油、砂糖	じゃがいも、砂糖、むぎ、こめ、油
小 学 校	C 590 P 21.9 F 14.9	C 585 P 21.9 F 18.6	C 587 P 24 F 16	C 587 P 24 F 16	C 637 P 23.6 F 23.1
中 学 校	C 724 P 25.6 F 16.5	C 677 P 25.2 F 20.6	C 717 P 28.2 F 18.1	C 717 P 28.2 F 18.1	C 771 P 27.4 F 26.4
こ ん だ て	30(月) すいじょう うんどうかい 水上運動会 振り替え休日	4月 給食カレンダー投票結果 4月にだした給食で、また食べたいな~と思う メニューに投票をしてもらいました! 1位 🏆 あげパン・クリームスープ 14票 じゃがいもとほうれん草のソテー 2位 🏆 むぎごはん・マーボー丼 11票 はるまき 3位 🏆 ナン・やさしいスープ 7票 ドライカレー・フルーツヨーグルト 1位のメニューは6月2日に再登場します!!			28(土) 水上運動会前日準備 カップもずく 牛乳 スタミナぶたどん むぎごはん じゃがいもの みそしる
あ か き	すいじょう うんどうかい 水上運動会 振り替え休日	☆天気・船便・学校行事・ その他材料の都合により、 献立の内容を変更する場合があります。			豆腐、豚肉、赤みそ、白みそ、わかめ、かつお節、牛乳、もず く
み ど り	すいじょう うんどうかい 水上運動会 振り替え休日	系こんにゃく、玉ねぎ、人参、生薬、にんにく、たけ のこ、小松菜、シークワサー			系こんにゃく、玉ねぎ、人参、生薬、にんにく、たけ のこ、小松菜、シークワサー
小 学 校	C 637 P 23.6 F 23.1				C 637 P 23.6 F 23.1
中 学 校	C 771 P 27.4 F 26.4				C 771 P 27.4 F 26.4