

がっこうきゅうしゅくはいぜんびょう
学校給食配膳表

しょうがっこう
小学校

令和8年6月

	6月1日 (月)	6月2日 (火) ★たまご	6月3日 (水)	6月4日 (木)	6月5日 (金) ★たまご
	いわしのおかか煮 ゆかりづけ ごはん ひじきのいため煮	コロッके ごはん ★はらたまスープ	ごまあえ ごはん じゃがいもと厚揚げ のそぼろ煮	大豆とちりめん のあげに ごはん 切り干し大根の 炒め煮	きゅうりとわかめの酢の物 ごはん ふりかけ ★高野豆腐の卵とじ
★除去食対応献立	6月8日 (月)	6月9日 (火)	6月10日 (水)	6月11日 (木)	6月12日 (金)
ざら パン皿	あじのフライ ポイルキャベツ ウスターソース ごはん みそ汁	わふう 和風ハンバーグ ごはん 野菜スープ	あ 揚げぎょうざ ごはん キムチ丼	やさい 野菜サラダ マヨネーズ ごはん ポークビーンズ	おひたし キャンディチーズ ごはん 豚肉とこんにやくの みそ煮
ちゅうわん 中碗	6月15日 (月)	6月16日 (火)	6月17日 (水)	6月18日 (木)	6月19日 (金) ★たまご
しょうわん 小碗	こ 小さいわしのフライ ごはん とり肉とキャベ のカレーソース	かいそう 海藻サラダ オニオンドレッシング ごはん マーボーれんこん	きゅうりのかおりづけ ごはん 肉じゃが	にく とり肉のからあげ ミニトマト ごはん 徳島たつぷりみそ汁	あわこ 阿波っ子ナムル ミックスナッツ ごはん ★親子丼
	6月22日 (月)	6月23日 (火)	6月24日 (水)	6月25日 (木)	6月26日 (金)
	えだまめ 枝豆の豆腐ミンチカツ ウスターソース ごはん ちくげんに 筑前煮	にく 肉だんごの照り煮 ごはん ちゅうかどん 中華丼	えだまめ えだまめサラダ ごまドレッシング ごはん うま煮	ふうみ ホキのレモン風味 ごはん すまし汁	グリーンアスパラと コーンのごまじょうゆ ごはん 食パン いちごジャム 焼きそば
	6月29日 (月)	6月30日 (火)	手には、目に見えないばい菌やウイルスが付いて います。給食前は、普段より丁寧に手を洗いましょ う。爪の間にも汚れがたまりやすいので、短く切っ ておきましょう。		
	さけ やさい 鮭の野菜カツ ごはん ごもくいた 五目炒め	フルーツゼリー ミックス ごはん なつやさい 夏野菜入り カレー			

日	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30	
曜	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	
エネルギー	kcal	638	651	600	594	597	623	644	613	628	594	596	606	606	662	623	628	614	605	607	643	675	642
たんぱく質	g	25.4	17.9	20.2	20.2	25.0	20.1	22.7	17.1	17.4	21.8	19.4	17.3	20.4	22.2	22.7	20.1	23.4	20.1	24.0	24.1	22.6	17.0

中学年の栄養価です。

学校給食配膳表 中学校

令和8年6月分

★除去食対応献立

パン皿

大碗

中碗



6月1日(月) あじのフライ ポイルキャベツ ウスターソース 牛乳 ごはん ひじきの いため煮	6月2日(火) フルーツ カクテル 牛乳 ごはん ハヤシライス	6月3日(水) ごぼうサラダ ごまドレッシング 牛乳 ごはん マーボー 厚揚げ	6月4日(木) コロッケ 牛乳 ごはん 筑前煮	6月5日(金) 和風ハンバーグ ポイルキャベツ 牛乳 ごはん みそ汁
6月8日(月) いわしの甘露煮 ゆかりづけ 牛乳 ごはん 大豆入り きんぴらごぼう	6月9日(火) 揚げぎょうざ 牛乳 ごはん 小魚ナッツ キムチ丼	6月10日(水) 野菜サラダ マヨネーズ 牛乳 ごはん ポーク ビーンズ	6月11日(木)★卵 俵型ミンチカツ 牛乳 ごはん ★切り干し 大根の たまごじ	6月12日(金) 厚焼き卵 はくさいの付合せ ポン酢しょうゆ 牛乳 ごはん 豚肉と こんにゃくの みそ煮
6月15日(月)★そば米 小いわしのフライ わかめ和え 牛乳 ごはん ★そば米汁	6月16日(火)★卵 すだち酢あえ 牛乳 ごはん 豆乳プリンタルト ★親子丼	6月17日(水) 信田煮 牛乳 ごはん 焼肉	6月18日(木) きゅうりと わかめの酢の物 牛乳 ごはん キャンディチーズ 新じゃがの そぼろ煮	6月19日(金) とり肉のからあげ ミニトマト 牛乳 ごはん 徳島たつぷり みそ汁
6月22日(月) 大豆ごぼう ミンチカツ ウスターソース 牛乳 ごはん ふりかけ とり肉と キャベツの カレーソーダ	6月23日(火) グリーンアスパラと コーンの ごまじょうゆ 牛乳 ごはん うま煮 パワフルチーズ	6月24日(水) ホキのてりやき風 牛乳 ごはん ふしめん汁 ミックスナッツ	6月25日(木) 海藻サラダ オニオン ドレッシング 牛乳 ごはん カレーライス ヨーグルト	6月26日(金) トマトオムレツ 牛乳 パン 大豆ペースト 焼きビーフン
6月29日(月) さんまの梅煮 塩昆布あえ 牛乳 ごはん 厚揚げの そぼろ煮	6月30日(火)★うずら卵 えだまめサラダ 青じそドレッシング 牛乳 ごはん ★肉団子の 酢豚風	6月は気温、湿度とも高くなり、じめじめして いて細菌が繁殖しやすい時期です。健康管理に注意 するとともに、給食前は普段より丁寧に手を洗い、 給食の準備を衛生的に行いましょう。		

日	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30	
曜	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	
17時キー	kcal	812	801	829	828	797	757	832	759	863	751	768	760	787	754	862	821	758	778	837	826	778	846
たんぱく質	g	26.4	20.1	24.8	22.7	27.4	28.2	23.9	22.9	29.3	28.3	26.1	24.3	29.4	24.4	30.4	26.1	26.2	25.9	24.5	28.8	30.4	28.0