

6月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	献立名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
3月	601	ごはん 牛乳	豚肉のしょうが炒め					○ 豚肉 たけのこ水煮(たけのこ 酸味料) キャベツ ピーマン 生姜 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 みりん 三温糖 食塩 でんぷん油
			おかかあえ					○ 小松菜 もやし 人参 かつおぶし こいくちしょうゆ【小麦 大豆】
	2.0	新たまねぎのみそ汁						玉葱 ねぎ しめじ 豆腐(豆乳【大豆】 コーンスターチ 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) 煮干し(いわし) だし昆布 みそ【大豆】
4火	635	ごはん 牛乳	せいごの南蛮漬け					○ すずき でんぷん 油 酢 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
			茎わかめの中華あえ	△	△			○ 茎わかめ ポークハム(豚肉【豚肉】) でん粉 食塩 砂糖 海藻ミネラル 香辛料(ペパー ナツメグ ローレル オニオンパウダー) 酵母エキス【コンタミ:小麦 卵 乳 オレンジ 牛肉 大豆 豚肉 もも りんご ゼラチン ごま】 大根 きゅうり 人参 ごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 ごま油【ごま】
			チンゲンサイと肉団子のスープ	△	△			○ スープ用肉団子(鶏肉【鶏肉】) 玉ねぎ でん粉 砂糖 食塩 発酵調味料 香辛料(オニオン ペパー ガーリック) 酵母エキス【コンタミ:小麦 卵 乳 豚肉 大豆 牛肉 りんご もも オレンジ ごま ゼラチン】 チンゲンサイ 玉葱 人参 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】) 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう 酒
	2.4	黒糖大豆					☆黒糖ビーンズ(大豆【大豆】 黒糖)	
5水	615	ごはん 牛乳	焼きはた					☆トロハター夜干し(ハタハタ 食塩 酸化防止剤)
			きゅうりの酢の物					○ キャベツ 人参 きゅうり 酢 三温糖 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
	2.3	新じゃがのそばろ煮					○ 牛肉 じゃがいも 玉葱 にんじん こんにゃく 厚揚げ(豆腐【大豆】) 豆腐用凝固剤 粉状大豆たん白【大豆】 なたね油 加工でん粉 トレハロース 食物繊維 食塩 ぶどう糖) さやいんげん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩	

6月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	献立名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
6 木	668	ハムステーキ コンタミの除去はできません	△	△				☆ハムステーキ(鶏肉【鶏肉】 豚肉【豚肉】 豚脂【豚肉】 でん粉 発酵調味料 砂糖 食塩 香辛料(パプリカ ペパー ナツメグ メース ガーリック オニオン【コンタミ:小麦 卵 乳 大豆 牛肉 りんご もも オレンジ ごま ゼラチン])
		ツナサラダ						アスパラガス キャベツ 人参 まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ 人参 玉葱)) 酢 三温糖 食塩 こしょう 油
	2.5	ポークビーンズ						豚肉 大豆水煮(大豆【大豆】 食塩) 玉葱 人参 れんこん水煮(れんこん 酢酸 ビタミンC) たけのこ水煮(たけのこ 酸味料) さやいんげん トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) トマトケチャップ(トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 玉葱 香辛料) ウスターソース(トマト たまねぎ にんじん ねぎ マッシュルーム にんにく シャロット 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 香辛料 たん白加水分解物(とうもろこし)) コンソメ(食塩 ぶどう糖 たん白加水分解物(カツオ・イワシ・マグロ由来) 麦芽エキスパウダー でん粉(馬鈴薯) 砂糖 デキストリン(タピオカでん粉) オニオンエキス 酵母エキス 食用オリーブ油 香辛料(セリ ロレル)) 食塩 三温糖 油
7 金	675	玄米入りごはん コンタミの除去はできません	△	△	△	△	△	ごはん もち玄米【コンタミ:えび かに 小麦 卵 乳 ごま 大豆 鶏肉】
		いわしのかば焼き						○ いわし でんぷん 油 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 みりん
		ひじきの炒り煮						○ 鶏肉 ひじき ごぼう こんにゃく 人参 干しいたけ こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩 油
	1.9	キャベツのみそ汁						油揚げ【大豆】 キャベツ 玉葱 人参 ねぎ みそ【大豆】 煮干し(いわし) だし昆布
10 月	589	豆腐バーグの甘酢あん ※除去食できません						○ ☆豆腐ハンバーグ(豆腐【大豆】 鶏肉【鶏肉】 豚肉【豚肉】 パン粉【小麦】 たまねぎ 砂糖 でん粉 酵母エキス しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 香辛料) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 みりん 三温糖 酢 でんぷん
		ほうれん草のナムル						○ ほうれん草 もやし 人参 ナムルドレッシング(醸造酢 糖類(果糖ぶどう糖果糖液糖、砂糖) 食用植物油【ごま】 たん白加水分解物【大豆 鶏肉 豚肉】 しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 香味食用油 調味料(アミノ酸等) 酒精 にんにく ごま【ごま】 こんぶエキスパウダー こしょう 増粘剤(キサンタンガム))
		中華スープ						○ 豚肉 春雨(甘藷でん粉 馬鈴薯でん粉) チンゲンサイ 人参 しめじ ねぎ 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 食塩 こしょう うすくちしょうゆ【小麦 大豆】
	2.6	味付けもずく コンタミの除去はできません			△	△	○	☆味付けもずく(もずく【コンタミ:もずくはえび、かになどの魚介類の生息域で採取したものを使用】 しょうゆ【小麦 大豆】 砂糖 米酢 魚介エキス(イワシ 小魚) かつおエキス はちみつ 発酵調味料 酵母エキス 魚醤(イワシ 小魚) 昆布エキス 椎茸エキス)

6月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	献立名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
1 1 火	638	ごはん 牛乳						☆ヒレカツ(豚ヒレ肉【豚肉】 食塩 ブドウ糖 加工デンプン パン粉【小麦 大豆】 でん粉 大豆粉【大豆】 ラクトール 増粘剤(グァーガム)) 油
		梅肉あえ						○ キャベツ きゅうり れんこん水煮(れんこん 酢酸 ビタミンC) 梅肉(干し梅 塩 しそ 穀物酢【コンタミ:大豆】) 酢 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
		かみなり汁	△	△	△	△	○	鶏肉 木綿豆腐【大豆】 大根 人参 さつまあげ(助宗たらすり身 イトヨリダイすり身 馬鈴薯澱粉 本みりん 魚介エキス(かつお) 砂糖 食塩 菜種白絞油【コンタミ:小麦 卵 乳 えび かに いか 大豆 ごま】) ねぎ 油 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 コンタミの除去はできません
	2.0	梅ゼリー						☆梅ゼリー(砂糖・ぶどう糖果糖液糖 梅果汁(濃縮還元) 砂糖 ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 ビタミンC 香料 クエン酸鉄Na クチナシ色素 カラメル色素 着色料(ビタミンB2))
1 2 水	612	ごはん 牛乳						ごはん 菜めしの素(青菜(広島菜 京菜 大根葉) 砂糖 食塩 酵母エキス 鯉削り節粉末)
		さばのみぞれ煮					○	☆さばのみぞれ煮(さば【さば】 大根 でん粉 しょうゆ【小麦 大豆】 発酵調味料 砂糖 醸造酢 魚エキス【さば】 こんぶだし)
		たくあんあえ					○	キャベツ 小松菜 人参 たくあん(塩押しだいこん ぶどう糖果糖液糖 砂糖 発酵調味料 食塩 醸造酢 たん白加水分解物 梅酢) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】
2.9	切り干し大根のみそ汁						切り干し大根 玉葱 人参 ねぎ 豚肉 油揚げ【大豆】 だし昆布 みそ【大豆】	
1 3 木	602	ごはん 牛乳						☆鶏のバーベキューソース焼(鶏肉【鶏肉】 トマトケチャップ 砂糖 しょうゆ【小麦 大豆】 みりん 米でん粉 食塩 香辛料(ガーリック ジンジャー ホワイトペッパー))
		ビーンスアラダ					○	味付き大豆(大豆【大豆】 砂糖 食塩【コンタミ:小麦】) キャベツ きゅうり ひじき 酢 油 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 こしょう
	2.5	コンソメスープ	△	△			○	ポークウインナー(豚肉【豚肉】 でん粉(タピオカ 馬鈴薯 コーン) 発酵調味料 砂糖 食塩 香辛料(ペパー オニオン ガーリック メース)【コンタミ:小麦 卵 乳 大豆 牛肉 鶏肉 りんご もも オレンジ ごま ゼラチン】) 玉葱 しめじ 人参 小松菜 コンソメ(食塩 ぶどう糖 たん白加水分解物(カツオ・イワシ・マグロ由来) 麦芽エキスパウダー でん粉(馬鈴薯) 砂糖 デキストリン(タピオカでん粉) オニオンエキス 酵母エキス 食用オリーブ油 香辛料(セロリ ローレル)) 食塩 こしょう うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 コンタミの除去はできません

6月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	献立名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
1 4 金	600	ごはん 牛乳						☆あごちくわ(飛魚 澱粉(馬鈴薯) 食塩 調味料(アミノ酸等)) 米粉 でんぷん 油
								のりあえ コンタミの除去はできません
	1.9	けんちん汁	○	鶏肉 豆腐(豆乳【大豆】 コーンスターチ 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) 大根 人参 ねぎ ごぼう だし昆布 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 食塩 ごま油				
1 7 月	655	ごはん 牛乳						☆いわしのトマト煮(いわし トマトケチャップ 砂糖 本みりん たまねぎ トマトピューレ レモン果汁 米粉 食塩 ブラックペッパー 【コンタミ:さけ さば ごま】)
								五目きんぴら
	2.0	新じゃがのみそ汁		油揚げ【大豆】 じゃがいも 玉葱 人参 ねぎ えのき茸 煮干し(いわし) だし昆布 みそ【大豆】				
1 8 火	647	ごはん 牛乳						牛肉 食塩 にんにく たけのこ水煮(たけのこ 酸味料) 玉葱 人参 キャベツ ごま油【ごま】 酒 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 でんぷん
								フルーツ白玉 コンタミの除去はできません
	1.8	にら菜スープ	○	豚肉 もやし 豆腐(豆乳【大豆】 コーンスターチ 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) 人参 にら 食塩 こしょう うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤)				

## 6月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	献立名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
1 9 水	625	のどぐろの素揚げ						☆のどぐろ一夜干し(のどぐろ 食塩 酸化防止剤) 油
		ごはん 牛乳 ごま酢あえ	△	△			○	ポークハム(豚肉【豚肉】) でん粉 食塩 砂糖 海藻ミネラル 香辛料(ペパー ナツメグ ローレル オニオンパウダー) 酵母エキス【コンタミ:小麦 卵 乳 オレンジ 牛肉 大豆 豚肉 もも りんご ゼラチン ごま】) キャベツ きゅうり 人参 茎わかめ ごま 酢 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
		じゃぶ汁					○	鶏肉 厚揚げ(豆腐【大豆】) 豆腐用凝固剤 粉状大豆たん白【大豆】なたね油 加工でん粉 トレハロース 食物繊維 食塩 ぶどう糖) ごぼう 大根 人参 ねぎ こんにやく かつおぶし こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 みりん 食塩
2 0 木	622	たまご焼き ※除去食できません	○				○	☆(磯華)玉子巻き(鶏卵【卵】) かつおだし【小麦】 砂糖 にんじん 還元水あめ みりん でん粉(とうもろこし 馬鈴薯) 食塩 生姜酢漬 青のり しょうゆ【小麦 大豆】 酵母エキス 酸味料 植物油(菜種【ごま】【大豆】)
		ごはん 牛乳 赤しそあえ					○	キャベツ 小松菜 人参 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 赤しそ(赤しそ 砂糖 食塩 酵母エキス リンゴ酸)
		高野豆腐のうま煮	△	△	△	△	○	鶏肉 高野豆腐(大豆【大豆】) 炭酸カリウム 豆腐用凝固剤(塩化カルシウム) さつまあげ(助宗たらしり身 イトヨリダイすり身 馬鈴薯 澱粉 本みりん 魚介エキス(かつお) 砂糖 食塩 菜種白絞油【コンタミ:小麦 卵 乳 えび かに いか 大豆 ごま】) 玉葱 人参 こんにやく 干しいたけ さやいんげん 三温糖 みりん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 食塩
2 1 金	681	ポークウインナー	△	△			△	☆ポークウインナー(豚肉【豚肉】) でん粉 粉末状大豆たん白【大豆】 発酵調味料 食塩 砂糖 香辛料(ペパー ナツメグ コリアンダー オールスパイス) たん白加水分解物【豚肉】【コンタミ:小麦 卵 乳 鶏肉 牛肉 りんご もも オレンジ ごま ゼラチン】)
		ごはん 牛乳 コーンサラダ					○	まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ 人参 玉葱)) とうもろこし キャベツ きゅうり 酢 三温糖 食塩 こしょう うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 油
		キーマカレー		△				

6月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	献立名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名		
									塩分(g)	
2 4 月	605	ごはん 牛乳	焼きあじ					☆あじ開き干し(まあじ 食塩 酸化防止剤)		
			千草あえ	△	△			○	チキンハム(鶏肉【鶏肉】 でん粉 発酵調味料 食塩 砂糖 香辛料(コリアンダー グリーンペッパー オニオン メース ペパー) 【コンタミ:小麦 卵 乳 大豆 豚肉 牛肉 りんご もも オレンジ ごま ゼラチン】) ほうれん草 キャベツ 人参 食塩 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 ごま油【ごま】	
			ぶた汁						豚肉 油揚げ【大豆】 大根 ごぼう ねぎ 人参 だし昆布 みそ【大豆】	
2 5 火	622	ごはん 牛乳	シューマイ ※除去食できません	△	△	△	△	○	☆ポークシューマイ(豚肉【豚肉】 たまねぎ パン粉【小麦】 でん粉 しょうが 砂糖 食塩 酵母エキス ポークエキス【豚肉】 香辛料 小麦粉【小麦】 還元水あめ 【コンタミ:卵 乳 えび かに】)	
			枝豆の中華サラダ						○	枝豆【大豆】 キャベツ きゅうり 人参 酢 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう ごま油【ごま】
			マーボー豆腐						○	牛肉 鶏肉 豆腐(豆乳【大豆】 コーンスターチ 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) 玉葱 人参 ねぎ 干しいたけ 生姜 にんにく 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】) 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 酒 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 みそ【大豆】 油 食塩 でんぷん 豆板醤(唐辛子 そら豆 食塩 酒精 酸化防止剤(ビタミンC))
2 6 水	687	ごはん 牛乳	銀鮭のオランダ煮					○	銀鮭【さけ】 でんぷん 油 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 みりん	
			コールスロー						○	キャベツ きゅうり 人参 ノンエッグマヨネーズ(食用植物油(菜種) 醸造酢 砂糖 粉末水あめ 食塩 加工デンプン 増粘多糖類 アミノ酸 香辛料抽出物) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 こしょう
			エルテンスープ	△	△	△	△	○	チキンウインナー(鶏肉【鶏肉】 植物油(コーン) でん粉 発酵調味料 砂糖 食塩 香辛料(ペパー オニオン ガーリック メース コリアンダー セージ 【コンタミ:小麦 卵 乳 大豆 豚肉 牛肉 りんご もも オレンジ ごま ゼラチン】) じゃがいも 玉葱 人参 グリンピース 枝豆ペースト(枝豆【大豆】 食塩 【コンタミ:小麦 卵 乳 えび かに 鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン】) コンソメ(食塩 ぶどう糖 たん白加水分解物(カツオ・イワシ・マグロ由来) 麦芽エキスパウダー でん粉(馬鈴薯) 砂糖 デキストリン(タピオカでん粉) オニオンエキス 酵母エキス 食用オリーブ油 香辛料(セリ ロール)) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう	

コンタミの除去はできません

コンタミの除去はできません

コンタミの除去はできません

6月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	献 立 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使用材料名
	塩分(g)							
2 7 木	616	ごはん 牛乳	豚肉のスタミナ炒め					○ 豚肉 れんこん水煮(れんこん 酢酸 ビタミンC) たまねぎ にら にんにく 酒 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 みそ【大豆】 油
			昆布あえ					○ 塩昆布(昆布 しょうゆ【大豆 小麦】 たんぱく加水分解物【大豆】 砂糖 昆布エキス 食塩 酸味料(アミノ酸等)) ほうれん草 もやし 人参 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】
			キムチスープ					
2 8 金	641	ごはん 牛乳	焼きかれい					☆エテカレイー夜干し(エテカレイ 食塩)
			ごまあえ					○ キャベツ ほうれん草 人参 ごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
			油あげのみそ汁					油揚げ【大豆】 人参 玉葱 ねぎ 豚肉 だし昆布 みそ【大豆】
	2.1	ヨーグルト ※除去食できません		○				☆ヨーグルト(生乳【乳】 砂糖 乳酸菌【乳】(ブルガリクス菌 サーモフィルス菌 ビフィズス菌 アシドフィルス菌 【コンタミ:ゼラチン]))