

## 令和7年度 6月 こんだて表



三豊市南部学校給食センター

日曜	献立名			材料名					
	主食	牛乳 スプーン	おかず	おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる	
				魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも類・砂糖	油脂
2月	麦ごはん		ぶたにくのしょうがいため すいとんじる やさいとたくあんのあえもの	ぶたにく あぶらあげ	牛にゅう	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり たくあん えのきだけ	米 麦 さとう すいとん	ごまあぶら ごま
3火	麦ごはん		ぎょうざ もやしのナムル ぶたにくとうふのチリソースに	とうふ ぶたにく とりにく	牛にゅう	にんじん ねぎ	もやし キャベツ しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ	米 麦 さとう かたくりこ こむぎこ	ごまあぶら ごま
4水	コッペパン あんずジャム	★	さわらのガーリックやき ポトフ ひじきのマリネ	さわら ウインナー	牛にゅう ひじき	にんじん パセリ	あんず にんにく キャベツ とうもろこし たまねぎ セロリ きゅうり	パン さとう マカロニ じゃがいも	あぶら
5木	麦ごはん		キャベツのつくね きんぴらごぼう たまねぎのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ とりにく	牛にゅう わかめ	にんじん ねぎ	ごぼう たまねぎ しめじ キャベツ	米 麦 さとう かたくりこ こんにゃく	あぶら ごま
6金	かみかみごはん		とりにくのもろみやき かきたまじる やさいのあまずあえ びわ	とりにく もろみ とうふ たまご	牛にゅう ちりめん	あおな こまつな にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ えのきだけ びわ	米 麦 さとう かたくりこ	マヨネーズ あぶら
9月	麦ごはん		いかのてりやき さんしょくあえ じやがいものみそしる しこくゼリー	いか あぶらあげ みそ	牛にゅう ちりめん	にんじん ねぎ アスパラガス	しょうが キャベツ たまねぎ しめじ ポンカン ゆず すだち	米 麦 さとう ジャがいも	ごま
10火	おやこどん		こいわしのからあげ もやしのごまドレッシングあえ	とりにく たまご	牛にゅう いわし	にんじん ねぎ	たまねぎ ほししいたけ もやし キャベツ	米 麦 さとう かたくりこ	あぶら ごま ごまあぶら
11水	こがたコッペパン		ズッキーニいりスパゲティ かぼちゃのかのこあげ グリーンサラダ	ぶたにく	牛にゅう	トマト かぼちゃ パセリ アスパラガス	ズッキーニ にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ とうもろこし	パン スパゲティ さとう こむぎこ パンこ	オリーブあぶら あぶら
12木	えだまめごはん		あじのあおじそあげ すまじる きゅうりのすのもの	あじ とうふ	牛にゅう わかめ	しそ にんじん ねぎ	えだまめ きゅうり キャベツ たまねぎ えのきだけ	米 麦 こむぎこ こめこ さとう	あぶら ごま
13金	セルフサンド (丸せんりゆうふんパン)	★	(ハンバーグ ゆでやさい マイティソース) ポテトとコーンのスープ ヨーグルト	ベーコン とりにく ぶたにく	牛にゅう ヨーグルト	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし	パン ジャがいも マカロニ	オリーブあぶら
16月	麦ごはん		おかずじやこ たまねぎのおかかあえ なすとあつあげのみそに	あつあげ ぶたにく かつおぶし みそ	牛にゅう ちりめん わかめ	にんじん チングンサイ	しょうが たまねぎ きゅうり なす にんにく たけのこ	米 麦 さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら
17火	ダイシモチ麦ごはん		さばのごまだれかけ やさいのしそあえ にくじやが	さば ぶたにく	牛にゅう	にんじん しそ さやいんげん	きゅうり キャベツ たまねぎ	米 ダイシモチ麦 さとう かたくりこ ジャがいも こんにゃく	あぶら ごま
18水	コッペパン	★	さけのムニエル ポークビーンズ アスパラガスのサラダ	さけ だいす ぶたにく ベーコン	牛にゅう	アスパラガス にんじん	キャベツ とうもろこし たまねぎ エリンギ	パン こむぎこ さとう	オリーブあぶら あぶら ごま
19木	たこめし		とりにくのこうみやき ふしめんじる やさいのこんぶあえ	たこ とりにく あぶらあげ	牛にゅう こんぶ	にんじん ねぎ こまつな	ごぼう えだまめ にんにく キャベツ たまねぎ えのきだけ ほししいたけ	米 さとう ふしめん	ごまあぶら ごま
20金	とうふいりドライカレー	★	きなこまめ キャロットサラダ	ぶたにく とうふ だいす ツナ きなこ	牛にゅう	にんじん パセリ ピーマン	たまねぎ にんにく	米 麦 さとう	あぶら
23月	麦ごはん		ぶたにくと夏やさいのピリからいため キャベツのごまぞあえ にらたまスープ パインアップル	ぶたにく みそ ベーコン たまご	牛にゅう	ピーマン にんじん あかピーマン にら	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり えのきだけ パインアップル	米 麦 さとう かたくりこ じゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら
24火	麦ごはん		しゅうまい なすいりマーボーどうふ、 もやしのちゅうかふうドレッシングあえ	ぶたにく とうふ、みそ とりにく	牛にゅう	にんじん ねぎ	もやし キャベツ とうもろこし にんにく しょうが なす しいたけ たけのこ たまねぎ	米 麦 さとう かたくりこ パンこ	あぶら ごまあぶら
25水	コッペパン	★	とりにくのマーマレードやき ごぼうのサラダ ミネストローネ	とりにく ベーコン	牛にゅう	にんじん トマト	にんにく しょうが ごぼう キャベツ セロリ たまねぎ エリンギ いよかん なつみかん	パン ジャがいも マカロニ	あぶら ごま
26木	麦ごはん		さけのレモンじょうゆ とうふのみそしる アスパラガスのごまあえ	さけ とうふ みそ あぶらあげ	牛にゅう	にんじん ねぎ アスパラガス	しょうが レモン キャベツ たまねぎ えのきだけ	米 麦 さとう	ごま
27金	こめこパン	★	さかなのサクサクあげ かいそうサラダ やさいのスープ みかんクレープ	メルルーサ ベーコン とうにゅう	牛にゅう わかめ くきわかめ	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ セロリ キャベツ みかん	パン マカロニ さとう こむぎこ かたくりこ こめこ ジャがいも	ごまあぶら あぶら
30月	なめし		はものからあげ こうやどうふのにもの アスパラガスのポンずあえ	はも かつおぶし こうやどうふ、なると	牛にゅう	あおな さやいんげん にんじん アスパラガス	キャベツ たまねぎ ほししいたけ	米 麦 かたくりこ さとう	あぶら

※ 献立・材料は、都合により変更することがあります。 ※ はしは、毎日持ってきましょう。★の日は、スプーンがつきます。 ※ 幼稚園では、安全面を重視し「節分の豆」「ミニトマト」「ブドウ」の提供を中止いたします。