

[6月 献立予定表]

※牛乳は毎日つきます。

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	小学校	中学校・特支
						エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量
1月	ミルクパン(既製品)《麦・乳・卵・大豆》		ミルクパン			327 kcal	430 kcal
	夏みかんゼリー《-》		夏みかんゼリー			9.1 g	11.4 g
2火	ブルーベリージャム《-》		ブルーベリージャム			11.1 g	14.4 g
						0.5 g	0.8 g
3水	クロワッサン(既製品)《麦・乳・卵・大豆》		クロワッサン			404 kcal	567 kcal
	型抜きチーズ《乳》	型抜きチーズ				13.0 g	16.2 g
4木	青りんごゼリー《-》		青りんごゼリー			12.1 g	12.1 g
						1.1 g	1.6 g
5金	食パン(既製品)《麦・乳》		食パン			394 kcal	488 kcal
	チョコクリーム《乳》		チョコクリーム			7.2 g	7.2 g
8月	イチゴゼリー《-》		イチゴゼリー			8.5 g	8.5 g
						0.9 g	1.3 g
9火	黒糖パン(既製品)《麦・乳》		黒糖パン			363 kcal	498 kcal
	マスカットゼリー《-》		マスカットゼリー			12.0 g	15.7 g
10水	ツナマヨ《卵・大豆》	ツナマヨ				14.0 g	15.9 g
						0.9 g	1.3 g
11木	ナン《麦》		ナン			415 kcal	500 kcal
	イチゴジャム《-》		イチゴジャム			15.0 g	17.4 g
12金	ヨーグルト《乳・ゼ》	ヨーグルト				12.9 g	14.9 g
						1.0 g	1.3 g
15月	ミルクパン(既製品)《麦・乳・卵・大豆》		ミルクパン			329 kcal	432 kcal
	夏みかんゼリー《-》		夏みかんゼリー			9.1 g	11.4 g
	メープルシロップ《-》		メープルシロップ			11.1 g	14.4 g
						0.5 g	0.8 g
16火	黒糖コッペパン《麦・乳・大豆》		黒糖コッペパン			566 kcal	669 kcal
	ツナマヨ《卵・大豆》	ツナマヨ				20.1 g	22.9 g
	ヨーグルト《乳・ゼ》	ヨーグルト				17.7 g	19.4 g
						1.9 g	2.3 g
17水	クロワッサン(既製品)《麦・乳・卵・大豆》		クロワッサン			461 kcal	680 kcal
	かぼちゃひき肉フライ《豚・大豆・麦》	かぼちゃひき肉フライ	キャノーラ油			12.1 g	16.3 g
	青りんごゼリー《-》		青りんごゼリー			14.3 g	17.6 g
						1.0 g	1.7 g
18木	コッペパン《麦・乳・大豆》		コッペパン			652 kcal	772 kcal
	鶏肉のハーブ焼き《鶏・大豆・麦》	鶏肉	イタリアンドレッシング		食塩,うすくちしょうゆ,白ワイン	24.5 g	28.9 g
	イチゴゼリー《-》		イチゴゼリー			23.8 g	27.5 g
	ブルーベリージャム《-》		ブルーベリージャム			2.2 g	2.7 g
19金	黒糖パン(既製品)《麦・乳》		黒糖パン			438 kcal	604 kcal
	白身魚フライ《麦・大豆》	白身魚フライ	キャノーラ油			17.8 g	23.4 g
	型抜きチーズ《乳》	型抜きチーズ				18.3 g	22.0 g
	マスカットゼリー《-》		マスカットゼリー			1.4 g	1.9 g
22月	麦ごはん		米,大麦			609 kcal	766 kcal
	ずいとん汁《大豆・鶏・麦》	油揚げ,鶏肉	ずいとん	にんじん,こまつな	削り節,こいくちしょうゆ,食塩	21.5 g	26.0 g
	アユの米粉揚げ《-》	アユの米粉揚げ	キャノーラ油			15.2 g	17.0 g
	梅干《-》			梅干		1.1 g	1.2 g
23火	小型コッペパン《麦・乳・大豆》		小型コッペパン			572 kcal	724 kcal
	スパゲッティナポリタン《豚・麦・大豆・鶏》	ウインナー	ゆでスパゲティ,サラダ油	にんにく,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,トマト	トマトケチャップ,チキンコンソメ,ウスターソース,食塩,白こしょう	22.0 g	26.8 g
	オムレツ《卵》	オムレツ				18.0 g	21.3 g
	野菜ゼリー《-》		野菜ゼリー			3.4 g	4.4 g
24水	麦ごはん		米,大麦			559 kcal	697 kcal
	チンゲン菜と豆腐のスープ《大豆・豚・鶏・麦》	豆腐,焼き豚		チンゲン菜,きくらげ	中華ガラスープ,こいくちしょうゆ,食塩,白こしょう	15.0 g	17.5 g
	キピナゴの唐揚げ《-》	キピナゴの唐揚げ	キャノーラ油			14.2 g	15.6 g
	わかめふりかけ《-》				わかめふりかけ	1.7 g	1.9 g
25木	パンズパン《麦・乳・大豆》		パンズパン			688 kcal	840 kcal
	ポテトスープ《豚・大豆・麦・鶏》	ベーコン	サラダ油,じゃがいも	にんじん,たまねぎ	チキンコンソメ,食塩,白こしょう,パセリ	26.0 g	31.9 g
	ハンバーグケチャップソース《鶏・豚・大豆》	ハンバーグ	砂糖,コーンスターチ	トマト	トマトケチャップ,ウスターソース	23.6 g	28.3 g
	ももゼリー《桃》		ももゼリー			3.2 g	4.1 g
26金	チキンライス《大豆・鶏・麦・豚》	鶏肉	アルファ化米,サラダ油	マッシュルーム, ミックスベジタブル(にんじん・とうもろこし・グリーンピース),たまねぎ	ドライミックスチキン,トマトケチャップ,チキンコンソメ,食塩,白こしょう	607 kcal	718 kcal
	トビウオフライ《麦・大豆》	トビウオフライ	キャノーラ油			23.8 g	27.8 g
	小松菜のソテー《麦・大豆・鶏・豚》			こまつな,もやし,にんじん	食塩,白こしょう,チキンコンソメ	18.7 g	20.4 g
	レモンのみぞれ《大豆・ゼ》		レモンのみぞれ			1.9 g	2.4 g
29月	麦ごはん		米,大麦			641 kcal	799 kcal
	玉ねぎの味噌汁《大豆》	豆腐,油揚げ,ミックス味噌		たまねぎ,ねぎ	煮干し	25.3 g	29.9 g
	カツオの更紗揚げ《大豆・麦》	カツオ	かたくり粉,キャノーラ油	しょうが	カレー粉,清酒,こいくちしょうゆ	15.4 g	17.0 g
	冷凍みかん《-》			冷凍みかん		1.6 g	1.8 g
30火	一食ちゃんぽん麵《麦》		ちゃんぽん麵			621 kcal	741 kcal
	長崎ちゃんぽんのスープ《豚・大豆・麦・鶏・ご・ゼ》	豚肉,なると	サラダ油	しょうが,きくらげ,もやし,にんじん,たまねぎ,ねぎ	清酒,うすくちしょうゆ,食塩,とんこつスープ,中華ガラスープ	25.1 g	30.6 g
	肉シュウマイ《豚・大豆・麦》	肉シュウマイ				17.1 g	19.3 g
	杏仁豆腐《乳・大豆・ゼ》		杏仁豆腐			2.2 g	2.8 g

(注) 微量の添加物、コンタミネーション(混入)については、表記してありません。

*表記されるアレルギーは、下記の28品目です。

卵 《卵》、乳・乳製品 《乳》、小麦 《麦》、エビ 《エ》、カニ 《カ》、そば 《ソ》、ピーナッツ 《落》、アワビ 《アワビ》、イカ 《イ》
 いくら 《い》、オレシシ 《オ》、キウイフルーツ 《キ》、牛肉 《牛》、くらみ 《く》、サク 《鮭》、サバ 《鯖》、大豆・大豆製品 《大豆》、鶏肉 《鶏》
 パナナ 《パ》、豚肉 《豚》、まつたけ 《松》、もも 《桃》、やまいも 《山》、りんご 《リ》、ゼラチン 《ゼ》、カシューナッツ 《カシュー》、ごま 《ご》、アーモンド 《ア》

*学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成金を受けています。

*献立表及び材料表は、各務原市のホームページでも確認することができます。

ホーム>施設案内>行政関連施設>その他>各務原市学校給食センター>献立表(PDF)