



令和7年度

6 月分学校給食予定献立表

テーマ



度会町立学校給食センター

徳島県立学校給食センター												たんばく質 (g)	
日	曜	献立名	(あか)血や肉・骨になる食品		(みどり)体の骨をのえる食品		(き)熱や力になる食品		その他の食品 調味料	小学校	中学校		
			1群 (たんぱく質) 魚 肉 卵 豆 豆腐製品	2群 (無糖質) 牛乳 乳製品 小魚 海藻	3群 (ビタミン) 緑黄色野菜	4群 (ビタミン) その他の野菜 果物	5群 (炭水化物) 米 パン めん いも 砂糖	6群 (脂質) 油脂					
2	月	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ		711			
		手作りジャンボ花シューマイ	とりひきにく			たまねぎ ほししいたけ しょうが	シューマイのかわ	しお こしょう さけ こいくちしょうゆ す					
		そえキャベツ				キャベツ		しお					
		じゃがいもスープ			にんじん ねぎ	もやし	じゃがいも	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ					
3	火	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ		601	798		
		豚のみそ煮	さば 赤みそ			しょうが	さんおんとう	こいくちしょうゆ さけ みりん					
		大根と昆布の煮物	あぶらあげ	こんぶ	にんじん さやいんげん	だいこん	さんおんとう	こいくちしょうゆ さけ みりん かつおぶし					
		国産みかんゼリー			みかんゼリー								
4	水	にんじやごはん	牛乳	牛乳	ちりめんじゃこ	にんじん		こめ むぎ さんおんとう	ひまわりあぶら ごま	うすくちしょうゆ しお	592	767	
		豚肉のしょうが焼き	ぶたにく			しょうが にんにく	さんおんとう	こいくちしょうゆ みりん さけ		こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお かつおぶし こんぶ	27.3	33.6	
		かきたま汁	たまご		こまつな	たまねぎ ぶなしめじ	かたくりこ						
5	木	わかめごはん	牛乳	牛乳	わかめ			こめ むぎ		しお			
		筑前煮	とりにく		にんじん	ごぼう れんこん こんにゃく ほししいたけ	きどいも さんおんとう	ひまわりあぶら	こいくちしょうゆ さけ みりん かつおぶし		580	762	
		花切大根のひたし	あぶらあげ		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さんおんとう		こいくちしょうゆ		22.3	28.7	
6	金	度会茶揚げパン	牛乳	牛乳		わたらいちや	コッペパン ぶどうとう	ひまわりあぶら					
		ゆで豚のごまあえ	ぶたにく			しょうが	さんおんとう	ごま	こいくちしょうゆ しお す みりん		589	748	
		野菜の洋風煮			にんじん みずな	はくさい たまねぎ			こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ		27.2	33.5	
9	月	ツナひじきをぼろごはん	牛乳	牛乳	ひじき	にんじん さやいんげん	白ねぎ しょうが	こめ むぎ さんおんとう	ひまわりあぶら	こいくちしょうゆ さけ			
		玉ねぎのみそ汁	赤みそ		ほうれんそう	たまねぎ だいこん えのきたけ			にほし		630	811	
		麦こがし豆	だいず				むぎこがし さんおんとう				24.8	30.7	
10	火	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ					
		ちくわのりチーズ焼き	ちくわ	のり チーズ							584	767	
		ごぼうともやしの変わりきんぴら	あぶらあげ		にんじん こまつな	ごぼう もやし	さんおんとう	ひまわりあぶら ごま	こいくちしょうゆ しお		23.8	31.2	
11	水	チキンカレーライス	牛乳	牛乳		にんじん トマトピューレ	にんにく しょうが セロリー たまねぎ りんごピューレ	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ カラメル	ひまわりあぶら	赤ワイン カレーこ しお こしょう ウスターソース こいくちしょうゆ ローリエ オールスパイス ガラスープ	635	816	
		ドレッシングサラダ					キャベツ きゅうり とうもろこし	さんおんとう	ひまわりあぶら	す しお こしょう			
		福神漬					ふくじんづけ				23.4	29.3	
12	木	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ					
		酢豚	ぶたにく	にんじん ビーマン	しょうが たまねぎ たけのこ	かたくりこ さんおんとう	ひまわりあぶら	さけ こいくちしょうゆ す トマトケチャップ		679	886		
		チンゲン菜のたまごスープ	たまご とうふ	チンゲンサイ		じゃがいも かたくりこ			こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ		25.0	32.3	
		大内山ヨーグルト		ヨーグルト									
13	金	米粉入り丸型パン	牛乳	牛乳			こめこいりパン						
		チキンの変わりカツレツ	とりにく		パセリ		パンこ	マヨネーズ	白ワイン しお こしょう ようがらしこ		608	743	
		キャベツとマカロニのスープ		にんじん	キャベツ ぶなしめじ	マカロニ			こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ		33.3	39.6	
16	月	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ					
		肉じゃが	ぶたにく	にんじん さやいんげん	たまねぎ いとこんにゃく	じゃがいも さんおんとう	ひまわりあぶら	さけ こいくちしょうゆ			679	860	
		ごまあえ	あぶらあげ			キャベツ きゅうり	さんおんとう	ごま	こいくちしょうゆ		24.1	30.0	
		ぶどうゼリー				ぶどうゼリー							
17	火	鶏ごぼうピラフ	牛乳	牛乳	にんじん	ごぼう	こめ むぎ	ひまわりあぶら	白ワイン こいくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ	685	899		
		コーンクリームスープ	みえ地物 一番	調理用牛乳	ほうれんそう	たまねぎ とうもろこし エリンギ	こむぎこ	ひまわりあぶら バター	しお こしょう ガラスープ				
		度会茶の手作り蒸しパン		わたらいちや			ホットケーキミックス さんおんとう	ひまわりあぶら			22.5	28.5	
18	水	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ					
		しいらの青のりフライ	しいら	あおのり			こむぎこ かたくりこ パンこ	ひまわりあぶら	さけ しお こしょう		641	817	
		ごまキャベツ				キャベツ		ごま	しお		29.5	35.7	
		なすのみそ汁	とうふ あぶらあげ 赤みそ	にんじん ねぎ	なす だいこん				にほし				
19	木	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ					
		豚肉と野菜のたまごじ	ぶたにく たまご	にんじん ねぎ	たまねぎ ぶなしめじ	さんおんとう	ひまわりあぶら	さけ みりん こいくちしょうゆ かつおぶし			605	776	
		ひたし	はんぺん	こまつな	はくさい	さんおんとう			こいくちしょうゆ		26.3	32.6	
		手作り昆布佃煮	こんぶ			さんおんとう			たまりしょうゆ みりん す				
20	金	コッペパン	牛乳	牛乳			コッペパン						
		チキンとポテトの トマトソースグラタン	とりにく	チーズ	トマトピューレ		じゃがいも こむぎこ	バター	しお こしょう トマトケチャップ		590	713	
		もやしのスープ		にんじん みずな	もやし えのきたけ				こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ		30.3	36.3	
		いちごジャム					いちごジャム						
23	月	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ					
		冷奴	とうふ かつおぶし						こいくちしょうゆ		602	748	
		豚肉と野菜の炒め物	ぶたにく	にんじん ビーマン	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ	さんおんとう	ひまわりあぶら	こいくちしょうゆ みりん さけ			28.1	32.3	
24	火	牛肉と高野豆腐のピビンバ	牛乳	ぎゅうにく こうやどうふ	牛乳	にんじん ほうれんそう	にんにく もやし	こめ むぎ さんおんとう	ひまわりあぶら ごまあぶら ごま	さけ こいくちしょうゆ とうがらしこ			
		もずくスープ		もずく	ねぎ	だいこん			こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ		588	739	
		ファイバーヨーグルト		ヨーグルト							20.0	23.7	
25	水	麦ごはん	牛乳	牛乳				こめ むぎ					
		ちくわとじゃがいもの揚げ煮	ちくわ				じゃがいも かたくりこ さんおんとう	ひまわりあぶら ごま	こいくちしょうゆ みりん		592	754	
		そえ野菜			にんじん	はくさい			こいくちしょうゆ		20.2	24.9	
		わかめのかきたま汁	たまご	わかめ	こまつな	たまねぎ えのきたけ	かたくりこ		こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお かつおぶし こんぶ				
26	木	ジャージャー麺	牛乳	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり しょうが にんにく 白ねぎ	じゃがいも こむぎこ さんおんとう かたくりこ	ひまわりあぶら	こいくちしょうゆ みりん さけ		584	721	
		さくらんぼゼリー入りカクレパンチ				みかん もも パイン	カクレパンゼリー さくらんぼゼリー				23.1	27.9	
27	金	黒糖パン	牛乳	牛乳			こくとうパン						
		ポリシチ	とりにく	にんじん トマト たまねぎ ビート	セロリー にんにく たまねぎ ビート	じゃがいも さんおんとう カラメル	ひまわりあぶら	赤ワイン しお こしょう ガラスープ ローリエ			628	790	
		マヨコーンサラダ		みずな	キャベツ とうもろこし	さんおんとう	マヨネーズ		す しお こしょう		23.7	29.2	
30	月	キムチチャーハン	牛乳	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ はくさいキムチ	こめ むぎ	ひまわりあぶら ごまあぶら	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう さけ ガラスープ		534	707	
		ワンドラスープ	とうふ		ほうれんそう	だいこん ぶなしめじ	ワンドラのかわ		こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう ガラスープ				
		メロン				メロン					21.3	27.2	

※6/2(月)...度会小学校は5/31(土)運動会の振替休業日のため、給食はありません。

※栄養価は「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」をもとに算出しています。

※諸事情により、やむを得ず献立や使用食材を変更する場合があります。

※「みえ地物一番給食の日」と「食育の日」は地物食材を多く取り入れています。

下線をひいた太字の食材は度会町産です。太字は三重県産の予定です。

※給食のマヨネーズは御不使用です。