

令和7年度

給食行事 旬の食べ物 など	日	きょうのこんだて	牛乳	おもなざいりょう			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
				あかいいろ なまき 赤色の仲間 血や肉になる	きいろ なまき 黄色の仲間 熱や力の元になる	みどりいろ なまき 緑色の仲間 体の調子を整える	
	2月	ごはん しぜんどうふ はるさめスープ あまなつ		ぎゅうにゅう、とうふ、ぶたにく、とりにく ベーコン	こめ、あぶら、さとう、でんぶん、はるさめ	にんにく、しょうが、にんじん、にら、ねぎ、たまねぎ はくさい、あまなつ	638 28.5
読書週間 メニュー①	3火	ガーリックトースト ポークビーンズ ★リッチャンサラダ （「サラダでげんき」より）		ぎゅうにゅう、だいず、ぶたにく、ハム こんぶ、かつおぶし	バター、あぶら、じゃがいも、こめこ、さとう	にんにく、たまねぎ、にんじん、ホールトマト マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、コーン	564 22.8
カミカミ メニュー	4水	きんぴらどん キャベツとあぶらあげのみそしる みかんゼリー		ぎゅうにゅう、ぶたにく、さばぶし あぶらあげ、みそ、かんでん	こめ、しらたき、あぶら、さとう、ごま でんぶん	れんこん、ごぼう、にんじん、ねぎ、えだまめ キャベツ、しめじ、えのきたけ、たまねぎ、みかん	580 21.3
世界の料理 【韓国】	5木	ごはん さかなのかんこくふうやき チョレギサラダ トックスープ		ぎゅうにゅう、さわら、わかめ、のり ベーコン	こめ、さとう、あぶら、ごま、トック	しょうが、にんにく、にんじん、もやし、きゅうり キャベツ、えのきたけ、しめじ、こまつな、ねぎ たまねぎ	555 23.7
読書週間 メニュー②	6金	ボークストロガノフ コールスローサラダ ★バムとケロのドーナツ （「バムとケロのにちようび」より）		ぎゅうにゅう、ぶたにく、なまクリーム たまご	こめ、あぶら、こめこ、さとう、こむぎこ	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん マッシュルーム、しめじ、コーン、きゅうり、キャベツ	699 20.3
	9月	ごはん とりにくとコーンのあげに とうふのみそしる あじさいゼリー		ぎゅうにゅう、とりにく、かつおぶし、とうふ わかめ、みそ、かんでん	こめ、でんぶん、あぶら、じゃがいも、さとう	にんにく、しょうが、さやいんげん、にんじん コーン、ねぎ、こまつな、ぶどうジュース	650 23.3
世界の料理 【中国】	10火	ちゅうかどんぶり パッタイふうやきそば マーラーカオ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、いか、えび、かまぼこ	こめ、あぶら、でんぶん、ビーフン、さとう ホットケーキミックスこ	にんじん、しょうが、はくさい、キャベツ、こまつな たまねぎ、もやし、にら	678 23.8
読書週間 メニュー③	11水	スパゲッティちゅうかいソース カラフルサラダ ★かぼちゃのパイ（「おきなかぼちゃ」より）		ぎゅうにゅう、とりにく、いか、えび こなチーズ	スパゲッティ、あぶら、こめこ、さとう ぎょうざのかわ、こむぎこ	にんにく、セロリ、たまねぎ、にんじん ホールトマト、キャベツ、きゅうり、コーン パプリカ、かぼちゃ	651 24.6
	12木	ごはん さかなのごみそやき かいそうサラダ のっぺいじる		ぎゅうにゅう、さけ、みそ、かいそう なまあげ、かつおぶし	こめ、さとう、ごま、あぶら、さといも こんにやく、でんぶん	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ だいこん	561 27.6
1年生 そらまめの さやむき	13金	なまあげのあんかけどん そらまめ じゃがいもとわかめのみそしる		ぎゅうにゅう、なまあげ、ぶたにく かつおぶし、わかめ、みそ、あぶらあげ	こめ、あぶら、さとう、でんぶん、じゃがいも	にんじん、こまつな、ねぎ、たまねぎ、しめじ そらまめ	584 27.4
	16月	ごはん とりにくのこみやき コーンサラダ ごまキムチスープ		ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、とうふ かつおぶし、みそ	こめ、あぶら、さとう、じゃがいも、ごま	ねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン たまねぎ、こまつな、ごぼう、だいこん、キムチ	592 30.1
	17火	うまにごはん みそポテト すいか		ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ	こめ、あぶら、でんぶん、じゃがいも こむぎこ、さとう	エリンギ、はくさい、しょうが、ねぎ、にんじん たまねぎ、さやいんげん、すいか	642 20.0
読書週間 メニュー④	18水	きなこあげパン ★クリームシチュー （「ルドルフとイッパイアッテナ」より） ツナサラダ		ぎゅうにゅう、きなこ、とりにく、なまクリーム こなチーズ、ツナ	コッペパン、あぶら、さとう、じゃがいも こめこ、バター	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、キャベツ きゅうり、コーン	674 24.1
	19木	ごはん さかなのてりやき くさくのおひたし わかめとあぶらあげのみそしる		ぎゅうにゅう、めだい、あぶらあげ かつおぶし、わかめ、みそ	こめ、こんにやく、さとう、あぶら、ごま	しょうが、こまつな、にんじん、だいこん、ねぎ	563 26.1
開校記念日 お祝い献立	20金	ごだいまいごはん とりのからあげ もやしとこまつなのピリからあえ おいわいすましじる		ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、わかめ さばぶし、なると	こめ、くろまい、あかまい、でんぶん あぶら、さとう	しょうが、もやし、にんじん、こまつな、にんにく ねぎ	563 25.2
世界の料理 【フランス】	23月	きのこのガーリックピラフ キッシュロレーヌ マカロニスープ		ぎゅうにゅう、とりにく、ハム、たまご なまクリーム、ビザチーズ	こめ、あぶら、マカロニ、じゃがいも	にんにく、にんじん、マッシュルーム、しめじ えのきたけ、たまねぎ、コーン、ほうれんそう しょうが、キャベツ、ホールトマト	591 24.3
	24火	かてめし ゼリーフライ みそドレッシングサラダ かきたまじる		ぎゅうにゅう、とりにく、あぶらあげ、おから みそ、さばぶし、とうふ、たまご	こめ、あぶら、さとう、じゃがいも、こむぎこ パンこ、でんぶん	にんじん、ごぼう、しめじ、だいこん、さやいんげん たまねぎ、ねぎ、きゅうり、キャベツ、もやし こまつな	567 20.6
	25水	ビーンズピラフ シェパードパイ スコッチブロス		ぎゅうにゅう、とりにく、だいず、ぶたにく ビザチーズ	こめ、あぶら、じゃがいも、バター でんぶん、おしむぎ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ホールトマト しょうが、キャベツ、だいこん、にんにく	594 26.3
	26木	ジャージャーめん スパイシーポテトビーンズ れいとうパイナップル		ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ、だいず	あぶら、さとう、ごま、でんぶん、じゃがいも	にんじん、きゅうり、もやし、しょうが、にんにく エリンギ、ねぎ、れいどうパイナップル	686 27.5
	27金	ごまごはん カレーにくじゃが こんにやくサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、かつおぶし	こめ、ごま、あぶら、じゃがいも、しらたき さとう、こんにやく	にんじん、たまねぎ、えのきたけ、グリーンピース だいこん、きゅうり、コーン	591 21.4
	30月	やながわふうどんぶり みぞれあえ みなづき		ぎゅうにゅう、ぶたにく、たまご、かつおぶし	こめ、あぶら、さとう、でんぶん、さとう こむぎこ、あずき	たまねぎ、ねぎ、えのきたけ、にんじん、ごぼう こまつな、はくさい、だいこん	606 22.2

※食材料購入等により献立を変更することがあります。

今月の栄養供給量（中学年）給食回数：21回

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
文科省標準	650	21～33	14
今月	611	24.3	20.7

* 6月の給食目標 *

◇食事の前には、石けんで手を洗おう。
◇健康な歯をつくろう。



《今月の献立について》

13日（金）… 1年生がさやむきをした「そら豆」が
給食に出ます。
20日（金）… 要小学校開校をお祝いした献立です。
「古代米ごはん」や「お祝いすまし汁」
が出ます。