



令和6年度6月 学校給食予定献立表



※ 給食には、毎日「牛乳(2群)」がつきます。
※ 都合により献立を変更する場合があります。

時津町学校給食公社第2調理場

日	曜	献立	主 な 働 き こ 材 料 名 体の調子を整えるものになる				エネルギーのもとになる		栄養価	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー	たんぱく質
3	月	ごはん みそ汁 平つくね キャベツのひじき和え	油あげ 米みそ ひらつくね	わかめ しそひじき	かぼちゃ はねぎ たまねぎ キャベツ		こめ		799	25.7
4	火	麦ごはん 沢煮椀 きびなごのかりかりフライ コロコロきゅうり	ふたにく ふたにく	きびなごのかりかりフライ	にんじん はねぎ たまねぎ きゅうり しょうが	たけのこ こんにゃく ごぼう だいこん しいたけ ごま油	こめ むぎ		767	27.9
5	水	みかんパン ポークビーンズ ごぼうサラダ (一食マヨネーズ)	ふたにく だいす		にんじん にんじん ごぼう きゅうり とうもろこし	たまねぎ グリンピース トマト ごま油	みかんパン じゃがいも さとう ごま ノンエッグマヨネーズ		809	30.2
6	木	ごはん 八宝菜 もやしとピーマンの炒め物	ふたにく イカ うすらの卵 ハム		きぬさや にんじん ピーマン もやし	はくさい たまねぎ しょうが たけのこ ごま油	こめ でん粉 さとう ごま油		781	31.6
7	金	ごはん 肉うどん カラフルきんぴら 味のり	ぎゅうにく ふたにく あげかまぼこ		にんじん にんじん パプリカ	たまねぎ ぶかねぎ ごぼう えだまめ	こめ うどん さとう ごま油		807	26.4
10	月	ごはん 豚汁 いわし梅煮 うりの甘酢和え	ふたにく あつあげ 米みそ いわし梅煮		にんじん ごぼう ぶかねぎ しょうが だいこん	こめ じゃがいも さとう		766	28.8	
11	火	ピピンバ(麦ごはん) (ピピンバの具) わかめスープ	ぎゅうにく やきぶた		ほうれん草 にんじん わかめ	しいたけ たまねぎ もやし にんにく たまねぎ にんにく しょうが 菜の花	こめ むぎ さとう ごま油 油 ごま油		792	26.4
12	水	コッパパン パンプキンポタージュ ハンバーグのケチャップ煮 キャベツとコーンのソテー	ベーコン ハンバーグ	スキムミルク 生クリーム	かぼちゃ パセリ	たまねぎ キャベツ とうもろこし	コッパパン ごむぎこ さとう でん粉 油		853	32.5
13	木	ごはん 和風春雨汁 鶏の唐揚げ 塩昆布和え	ふたにく はんぺん とりにく		にんじん はねぎ 塩こんぶ にんじん	たまねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ もやし	こめ はるさめ でん粉 ごま		897	36.6
14	金	ナン 野菜スープ ドライカレー ヨーグルト	とりにく ふたにく ひよこ豆		にんじん パセリ パプリカ	キャベツ たまねぎ たまねぎ えだまめ にんにく しょうが	ナン 油 バター		774	35.6
17	月	とうもろこしごはん いももち汁 れんこんといんげんの炒め物	とりにく ふたにく はんぺん 油あげ		にんじん はねぎ こまつな いんげん にんじん	とうもろこし れんこん	こめ じゃがいも さとう さとう ごま 油 ごま油		791	25.3
18	火	鳴北中なし	あつあげ とりにく はんぺん 干草焼き ふたにく あげかまぼこ		にんじん はねぎ にんじん	しめじ はくさい えのきたけ はいにく こんにゃく もやし しょうが	こめ さとう 油		768	30.1
19	水	米粉パン ちゃんぽん ぎょうざ メロン	ふたにく ちくわ はんぺん イカ ぎょうざ		にんじん キャベツ もやし たまねぎ メロン	米粉パン ちゃんぽんめん 油		838	33.8	
20	木	ごはん 根菜のごま汁 豚肉のしょうが焼き	あつあげ 麦みそ ふたにく		にんじん ピーマン	だいこん ごぼう ぶかねぎ キャベツ もやし しょうが	こめ じゃがいも さとう ごま油		765	27.2
21	金	ごはん 冬瓜の吸い物 ホキフライ 大豆の磯煮	とりにく ホキフライ だいす あげかまぼこ	わかめ ホキフライ ひじき	にんじん にんじん いんげん	とうがん しいたけ	こめ 油 ごま		770	29.6
24	月	ごはん もずくスープ ゴーヤチャンプルー シークワーサーゼリー	とりにく とうふ はんぺん ふたにく ベーコン たまご かつおぶし	もずく	はねぎ にんじん にんじん ゴーヤ	えのきたけ たまねぎ キャベツ	こめ ごま油 さとう シークワーサーゼリー		768	27.3
25	火	ごはん 具入りワンタンスープ マーボーなす	はんぺん ふたにく 赤みそ		にんじん はねぎ	もやし はくさい なす たまねぎ しょうが	こめ ワンタン さとう でん粉 油		768	30.6
26	水	コッパパン ちくわともやしのスープ 魚のマヨネーズ焼き ゆで枝豆	とりにく ちくわ たら	チーズ	にんじん パセリ	セロリ キャベツ たまねぎ もやし たまねぎ しめじ えだまめ	コッパパン ノンエッグマヨネーズ		767	36.6
27	木	ごはん けんちん汁 ささみのレモン漬 いんげんのごま炒め	とりにく とうふ ささみ		にんじん いんげん にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく 菜の花 レモン	こめ 油 でん粉 さとう さとう ごま 油		804	31.9
28	金	ハヤシライス(麦ごはん) (ハヤシライスのルー) ひじきサラダ バナナ	ふたにく ぎゅうにゅう ひじき		にんじん バナナ	たまねぎ まいたけ マッシュルーム グリンピース きゅうり とうもろこし	こめ むぎ さとう さとう オリーブオイル		891	27.1

*献立の食材は、天候等により変更になる場合がございますのでご了承ください。



*毎年6月は食育月間です。健康な体をつくり、毎日を生き生きと過ごせるように、身近な「食」について家族で考えましょう。

令和6年度 6月食物アレルギー原因食品一覧表

時津町学校給食公社第2調理場

※牛乳は毎日つきます。

日	曜	献立	使用されている原因食品及びアレルギー						備考
			乳製品類	卵類	魚介類・甲殻類	肉類・豆類	穀類	種実類	
3	月	ごはん みそ汁 平つくね キャベツのひじき和え							
4	火	麦ごはん 沢煮椀 きびなごのかりかりフライ コロコロきゅうり							
5	水	みかんパン ポークビーンズ ごぼうサラダ (一食マヨネーズ)	(乳)					ごま	
6	木	ごはん 八宝菜 もやしとピーマンの炒め物		うずらの卵(卵)	イカ				
7	金	ごはん 肉うどん カラフルきんぴら 味のり						ごま	一味唐辛子(唐辛子)
10	月	ごはん 豚汁 いわし梅煮 うりの甘酢和え							
11	火	ピビンバ(麦ごはん) (ピビンバの具) わかめスープ							コチュジャン(唐辛子)
12	水	コッペパン パンプキンポタージュ ハンバーグのケチャップ煮 キャベツとコーンのソテー	(乳) スキムミルク・ マーガリン・生クリーム (乳)						
13	木	ごはん 和風春雨汁 鶏の唐揚げ 塩昆布和え						ごま	
14	金	ナン 野菜スープ ドライカレー ヨーグルト	バター(乳) (乳)						
17	月	とうもろこしごはん いももち汁 れんこんといんげんの炒め物						ごま	七味唐辛子(唐辛子)
18	火	鳴北中なし		(卵)					
19	水	米粉パン ちゃんぽん ぎょうざ メロン	(乳)		イカ			(ごま)	
20	木	ごはん 根菜のごま汁 豚肉のしょうが焼き						ごま	
21	金	ごはん 冬瓜の吸い物 ホキフライ 大豆の磯煮							
24	月	ごはん もずくスープ ゴーヤチャンプルー シークワサーゼリー							
25	火	ごはん 具入りワンタンスープ マーボーなす							豆板醤(唐辛子)
26	水	コッペパン ちくわともやしのスープ 魚のマヨネーズ焼き ゆで枝豆	(乳) チーズ(乳)						
27	木	ごはん けんちん汁 ささみのレモン漬 いんげんのごま炒め						ごま	
28	金	ハヤシライス(麦ごはん) (ハヤシライスのルー) ひじきサラダ バナナ	牛乳(乳)						バナナ

毎月必ず「食物アレルギー原因食品一覧表」と「献立表」を見て、チェックをお願いします。食物アレルギーの原因となる食品をまちがって食べることがないように注意しましょう。