# 2018年 6月 予定献立表

与儀小 給食室（直通） 098-917-3481

- 使用する食材と、アレルギー表示義務のある7品目（鶏卵･乳･小麦･ピーナツ･そば･えび･かに）及び、本校のアレルギー対応食品（イカ・タコ・くだもの類・いくら）について表示しています。
- 調味料類に含まれるアレルゲンは「調味料欄」に表示しています。（しょうゆと酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、微量の小麦成分が含まれます。）
- 保護者の方は、必ず内容を確認してください。詳しい情報が必要な方は、給食室までお問い合わせください。
- 天候や材料調達などの都合により献立を変更することがあります。

| 日 | 曜日 | のみもの | こんだて | （あか）<br>血や肉、骨をつくる | （きいろ）<br>働く力や体温などエネルギーとなる | （みどり）<br>体の調子を整える | 調味料 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 金 | 牛乳 | セルフオムライス（チキンライス） | 鶏肉、ベーコン（乳）、ひよこ豆 | 米、油、バター（乳） | にんじん、たまねぎ、さやいんげん<br>マッシュルーム、トマト | 小麦・乳<br>りんご |
| | | | （オムレツ&ケチャップ） | 鶏卵 | | | 小麦 |
| | | | ブロッコリーのツナマヨサラダ | ツナ | マヨネーズ（鶏卵・りんご）、砂糖<br>ドレッシング（鶏卵） | ブロッコリー、きゅうり、赤ピーマン<br>コーン | |
| | | | フルーツジュレ | | ゼリー（レモン） | みかん、パイン、ナタデココ、シークヮーサー | |
| 4 | 月 | 牛乳 | もちきびごはん | | 米、もちきび | | |
| | | | 煮付け | 豚肉、がんもどき、昆布、かまぼこ | 油、砂糖 | こんにゃく、とうがん、にんじん<br>さやいんげん | |
| かみかみこんだて | | | かみかみフライ | かわはぎの干物 | 小麦粉、パン粉、油 | | |
| | | | 梅和え | けずりぶし | 砂糖、ドレッシング（小麦） | もやし、チンゲンサイ、えのきたけ<br>梅（りんご） | |
| 5 | 火 | 牛乳 | セルフハムチーズサンド | ハム（乳）、チーズ（乳） | パン（小麦・乳） | | |
| | | | ミネストローネスープ | ベーコン（乳）、ひよこ豆 | じゃがいも、マカロニ（小麦）、砂糖<br>油 | たまねぎ、セロリ、キャベツ、トマト | 乳・小麦 |
| | | | ごぼうサラダ | 鶏肉 | マヨネーズ（鶏卵・りんご）、砂糖<br>ドレッシング（小麦・鶏卵）、ごま | ごぼう、にんじん、きゅうり | |
| 6 | 水 | 牛乳 | うちな～マーボー丼（麦ごはん） | | 米、麦 | | |
| | | | （具） | 豚肉、豚レバー、とうふ、大豆、みそ | 油、片栗粉 | へちま、なす、たまねぎ、にんじん、にら<br>たけのこ | 小麦<br>りんご |
| | | | 茎わかめの中華和え | 茎わかめ、ハム（乳） | 砂糖、ごま<br>ドレッシング（小麦・りんご） | もやし、キャベツ、きゅうり | |
| | | | フルーツ杏仁 | | フルーツ杏仁（もも・りんご） | | |
| 7 | 木 | 牛乳 | クーブジューシー | 豚肉、昆布、かまぼこ | 米、油 | にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ | りんご |
| | | | スルルーの香味揚げ | きびなご | 小麦粉、片栗粉、油 | | |
| | | | 小松菜の和え物 | ツナ | ドレッシング（小麦・りんご）、砂糖 | こまつな、もやし、にんじん | |
| | | | もずく酢 | カップもずく（小麦・シークヮーサー） | | | |
| 8 | 金 | 牛乳 | 玄米ごはん | | 米、玄米 | | |
| | | | チキンカレー | 鶏肉、豚レバー、スキムミルク（乳） | じゃがいも、油 | たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、ピーマン<br>トマト | 小麦<br>りんご |
| | | | ゴマドレ和え | ちくわ | ごま、砂糖<br>ドレッシング（鶏卵・小麦） | キャベツ、きゅうり、ブロッコリー<br>コーン | |
| | | | プチクレープ | | クレープ（鶏卵・小麦・乳） | | |
| 11 | 月 | 音楽発表会 振替休 | | | | | |
| 12 | 火 | 牛乳 | 冷やし中華（麺・スープ） | | 中華麺（小麦）<br>スープ（小麦・りんご・レモン） | | |
| | | | （具） | 鶏卵、わかめ、ハム（乳） | | きゅうり、もやし | |
| | | | かぼちゃコロッケ | | 小麦粉、片栗粉、パン粉、砂糖 | かぼちゃ、たまねぎ | 乳・小麦 |
| | | | 今帰仁すいか | | | すいか | |
| 13 | 水 | 牛乳 | もちきびごはん | | 米、もちきび | | |
| | | | みそけんちん汁 | 鶏肉、とうふ、みそ | さといも | だいこん、れんこん、ごぼう、たまねぎ<br>ねぎ | |
| | | | いわしの梅煮 | いわし | 砂糖 | 梅干し | |
| | | | ゆず和え | けずりぶし | 砂糖、ドレッシング（小麦・りんご） | はくさい、きゅうり、ゆずの皮 | |
| | | | 味付けのり | のり（小麦） | | | |
| 14 | 木 | 牛乳 | カンダバージューシー | 豚肉 | 米 | とうがん、にんじん、しいたけ、カンダバー | りんご |
| | | | ふかしいも | | さつまいも | | |
| 平和を考えるこんだて | | | ひじき入りたまごやき | 鶏卵、ひじき | 砂糖、片栗粉 | にんじん | 小麦 |
| | | | 野菜チャンプルー | 厚揚げ、ツナ、ベーコン（乳） | 油 | にんじん、キャベツ、もやし、にら<br>たまねぎ | |
| 15 | 金 | 牛乳 | タコライス（麦ごはん） | | 米、麦 | | |
| | | | （ミート、キャベツ&チーズ） | 豚肉、豚レバー、大豆、チーズ（乳） | 油 | にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト<br>マッシュルーム、キャベツ | 小麦・乳<br>りんご |
| | | | アーサのスープ | 鶏肉、とうふ、アーサ | | えのきたけ | りんご |
| | | | パインスライス | | | パイン | |

（裏面）6月後半分

| 日 | 曜日 | のみもの | こ ん だ て | （あか）<br>血や肉、骨をつくる | （きいろ）<br>働くカや体温などエネルギーとなる | （みどり）<br>体の調子を整える | 調味料 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 18 | 月 | 牛乳 | ゆかりごはん | | 米、麦 | 赤しそ | |
| | | | 肉じゃが | 豚肉 | じゃがいも、油、砂糖 | にんじん、たまねぎ、こんにゃく<br>さやいんげん | |
| 残量調査 | | | 焼きししゃも | 子持ちししゃも | | | |
| | | | ごまあえ | ちくわ | ごま、ごま油 | もやし、こまつな | 小麦・乳 |
| 19 | 火 | 牛乳 | コッペパン | | パン（小麦・乳） | | |
| | | | クラムチャウダー | あさり、鶏肉、ベーコン、白花豆<br>白いんげん豆、スキムミルク（乳） | じゃがいも、小麦粉、バター（乳）、油 | たまねぎ、にんじん、セロリ、コーン<br>マッシュルーム、パセリ | 小麦・乳 |
| 残量調査 | | | ビタミンサラダ | ツナ | 砂糖、油 | ブロッコリー、キャベツ、きゅうり<br>赤ピーマン、シークヮーサー | りんご |
| | | | くだもの | | | さくらんぼ | |
| | | | ビーンズチョコ | | チョコクリーム（乳） | | |
| 20 | 水 | 牛乳 | もちきびごはん | | 米、もちきび | | |
| | | | かきたま汁 | 鶏卵 | 片栗粉 | たまねぎ、えのきたけ、こまつな | りんご |
| 残量調査 | | | さばのてりやき | さば | | | |
| | | | ひじき炒め | 鶏肉、ちくわ、ひじき、大豆 | 油、砂糖 | 切り干し大根、にんじん、こんにゃく<br>さやいんげん | |
| 21 | 木 | 牛乳 | 麦ごはん | | 米、麦 | | |
| | | | 八宝菜 | 豚肉、ナルト、うずらの卵 | 油、片栗粉 | はくさい、にんじん、チンゲンサイ<br>たけのこ、きくらげ | 小麦 |
| 残量調査 | | | カリポリおいも | カタクチイワシ | さつまいも、アーモンド、ごま、砂糖<br>油 | | |
| | | | オレンジ | | | オレンジ | |
| 22 | 金 | 牛乳 | 和風スパゲティ | ベーコン（乳）、ちくわ | スパゲティ（小麦）、油 | にんじん、たまねぎ、ピーマン、しめじ<br>えのきたけ | |
| | | | ポテトカップグラタン | グラタン（乳・小麦） | | | |
| 残量調査 | | | こまつなサラダ | ツナ | アーモンド、砂糖<br>ドレッシング（小麦・りんご） | こまつな、にんじん、キャベツ、コーン | |
| | | | りんごゼリー | | ゼリー（りんご） | | |
| 25 | 月 | 牛乳 | カレーピラフ | 鶏肉、ウインナー（小麦・乳）、大豆 | 米、麦、油、バター（乳） | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム<br>グリンピース、コーン | りんご |
| | | | スパニッシュオムレツ | 鶏卵、ベーコン（乳）、チーズ（乳） | じゃがいも、砂糖、片栗粉 | たまねぎ | |
| | | | チキンと野菜のサラダ | 鶏肉 | アーモンド、ドレッシング（小麦） | ブロッコリー、キャベツ、きゅうり<br>黄ピーマン | |
| | | | ひとくちチーズ | チーズ（乳） | | | |
| 26 | 火 | 牛乳 | もちきびごはん | | 米、もちきび | | |
| | | | 中華コーンスープ | 鶏卵、鶏肉 | 片栗粉 | しいたけ、コーン、ねぎ | りんご |
| | | | 鶏チリソース | 鶏肉 | 小麦粉、片栗粉、油、砂糖 | たまねぎ、トマト | りんご |
| | | | 中華和え | | 砂糖、ごま、ごま油<br>ドレッシング（小麦） | もやし、キャベツ、きゅうり、きくらげ | りんご |
| 27 | 水 | 牛乳 | もちきびごはん | | 米、もちきび | | |
| | | | 豚汁 | 豚肉、みそ | じゃがいも | だいこん、こんにゃく、ごぼう、ねぎ<br>しいたけ | |
| | | | にんじんシリシリ | 鶏卵、かまぼこ | 油 | にんじん、たまねぎ、ピーマン | |
| | | | 納豆 | 納豆（小麦） | | | |
| | | | 冷凍みかん | | | みかん | |
| 28 | 木 | 牛乳 | もちきびごはん | | 米、もちきび | | |
| | | | もずくスープ | もずく、かまぼこ、麸（小麦） | | ねぎ | |
| | | | グルクンのシークヮーサーソース | グルクン | 小麦粉、片栗粉、油、砂糖 | シークヮーサーソース | |
| | | | ゴーヤーチャンプルー | 鶏卵、とうふ、ポーク | 油 | ゴーヤー、にんじん、たまねぎ、もやし | |
| 29 | 金 | 牛乳 | ハヤシライス（麦ごはん） | | 米、麦 | | |
| | | | （ハヤシルウ） | 牛肉、スキムミルク（乳） | じゃがいも、小麦粉、バター（乳）、油 | にんじん、たまねぎ、ピーマン、しめじ<br>マッシュルーム、トマト | 小麦<br>りんご |
| | | | えだまめサラダ | ハム（乳）、ひじき | ごま、ドレッシング（鶏卵・小麦） | えだまめ、もやし | |
| | | | 国産レモンゼリー | | ゼリー（レモン） | | |