

日・曜	2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）	9日（月）	10日（火）	11日（水）	12日（木）	13日（金）	16日（月）
献立名	ごはん牛乳 鮭のバター醤油焼き 白和え あおさの味噌汁	ごはん牛乳 おろしハンバーグ シャキシャキ和え 湯葉のお吸い物	ごはん牛乳 イカのレモン煮 納豆和え 豚汁 歯と口の健康週間デザート	ごはん牛乳 鯖のカレー玉漬け アーモンド和え かぶのそぼろ汁	麦ごはん牛乳 カレー 海の幸のサラダ 福神漬 ヨーグルト	ごはん牛乳 ほっけみりん干し 茎わかめのきんぴら 豆乳仕立ての味噌汁 晩柑	ごはん牛乳 ごま焼き肉丼の具 食べる味噌汁 びわ	ごはん牛乳 いわしフライ 和風マカロニサラダ 沢煮椀	ごはん牛乳 鶏のマーマレード焼き 磯香和え じゃがバターコーンの味噌汁	ごはん牛乳 鯨ころころ竜田 ごま和え かきたま汁 県民の日デザート	ごはん牛乳 かつおフライ梅ソース 青菜のナッツ和え なめこ汁 オレンジ
料理に使用した食材	こめ ぎゅうにゅう 甘塩さけ とうにゅうバター 醤油 こまつな キャベツ とうふ にんじん こんにゃく 三温糖 ごま 塩 醤油 あおさのり じゃがいも たまねぎ にぼし・かつおだし こんぶだし みそ	こめ ぎゅうにゅう ミートハンバーグ 三温糖 醤油 みりん だいこん 片栗粉 醤油 ごぼう ツナ だいこん さやいんげん にんじん とうもろこし 醤油 エッグフリーマヨネーズ ごま 酢 こしょう かつおだし ゆば わかめ ながねぎ とうふ 塩 こんぶだし にぼし・かつおだし 酒 醤油	こめ ぎゅうにゅう いかに 酒 油 米粉 片栗粉 醤油 上白糖 レモン 酢 なっとう こまつな こメロン キャベツ 醤油 エッグフリーマヨネーズ ごま 酢 こしょう かつおだし ゆば わかめ ながねぎ とうふ 塩 こんぶだし にぼし・かつおだし 酒 醤油	こめ ぎゅうにゅう さば文化干し たまねぎ 酒 カレー粉 醤油 みりん こまつな キャベツ にんじん とうもろこし 醤油 アーモンド 上白糖 ぶたにく ごま油 かぶ にんじん はだいこん きくらげ にぼし・かつおだし 醤油 みりん 塩 片栗粉 りんご果汁入りゼリー	こめ むぎ ぎゅうにゅう 油 しょうが にんにく ぶたにく たまねぎ にんじん こんにゃく じゃがいも チーズ カレーウ コンソメ ブロックリー かいそう きゅうり キャベツ ツナ 油 酢 上白糖 塩 ごま油 福神漬 ヨーグルト	こめ ぎゅうにゅう ほっけみりん干し くきわかめ だいすミート とりにく ごぼう にんじん こんにゃく ごま 醤油 三温糖 ごま油 酒 七味唐辛子 とうにゅうバター ぶたにく じゃがいも だいこん こんにゃく にんじん あぶらあげ ながねぎ にぼし・かつおだし みそ とうにゅう ばんかん	こめ ぎゅうにゅう ぶたにく たまねぎ あおパパイア 油 にんにく しょうが 醤油 上白糖 酒 ごま 油 とりにく にんじん だいこん じゃがいも たまねぎ ヤングコーン にぼし・かつおだし みそ とうにゅうバター びわ	こめ ぎゅうにゅう いわしフライ 油 醤油 とりにく たまねぎ こまつな さやいんげん キャベツ エリンギ えだまめ とうもろこし マカロニ エッグフリーマヨネーズ 醤油 塩 こしょう かつおぶし ぶたにく だいこん にんじん しいたけ だけのこ あぶらあげ はだいこん ながねぎ にぼし・かつおだし 酒 塩 醤油	こめ ぎゅうにゅう とりにく しょうが にんにく マーマレード 醤油 こまつな さやいんげん キャベツ エリンギ キャベツ にんじん 上白糖 醤油 かつおだし ごま のり ぶたにく じゃがいも とうもろこし にんじん もやし きくらげ にぼし・かつおだし チキンブイヨン とうにゅうバター みそ 片栗粉	こめ ぎゅうにゅう くじら味付け肉 米粉 片栗粉 油 三温糖 さやいんげん こまつな キャベツ にんじん ごま 上白糖 醤油 にんじん えのきたけ ごま アーモンド 醤油 上白糖 みりん なまあげ なめこ たまねぎ わかめ にぼし・かつおだし こんぶだし みそ オレンジ	こめ ぎゅうにゅう かつおフライ 油 醤油 三温糖 うめジャム レモン ねりうめ 片栗粉 チンゲンサイ こまつな キャベツ ごま 上白糖 醤油 にんじん えのきたけ ごま アーモンド 醤油 上白糖 みりん なまあげ なめこ たまねぎ わかめ にぼし・かつおだし こんぶだし みそ オレンジ
栄養価	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質
小学校(中学年)	60126.421.2	66725.125.9	64929.718.4	60625.921.3	69323.321.3	60329.317.7	62326.320.8	66426.822.3	63529.321.8	63231.017.4	63525.317.6
中学校	77230.522.8	89232.231.5	85636.821.5	80332.825.0	88228.025.4	79435.920.5	82433.024.6	84232.025.0	83135.925.2	83839.520.3	83931.620.4

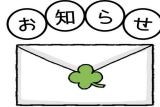
日・曜	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）	23日（月）	24日（火）	25日（水）	26日（木）	27日（金）	30日（月）
献立名	ごはん牛乳 イカのチーズ焼き ひじきの炒り煮 のっぺい汁	ごはん牛乳 あじクリスピー かぼちゃアーモンドサラダ 鶏つまれ汁	ごはん牛乳 納豆 じゃが芋の味噌煮 群雲汁	ごはん牛乳 ハッシュドボーク のりサラダ 骨太ウエハース	ごはん牛乳 いわしの梅煮 きめ煮 じゃがいもの味噌汁	ごはん牛乳 揚げ餃子② もやしナムル チンゲン菜と肉団子のスープ	ごはん牛乳 さんまの一夜干し 卵の花炒り煮 法度汁 冷凍みかん	ごはん牛乳 ドライカレー トマトと卵のスープ ゆでとうもろこし	ごはん牛乳 鯖のごまだれ のり酢和え 生揚げの味噌汁	ごはん牛乳 麻婆なす みそワントンスープ もちもち紫いも
料理に使用した食材	こめ ぎゅうにゅう いかにんにく 酒 醤油 塩 カレー粉 バター チーズ ひじき あぶらあげ にんじん ぶたにく こんにゃく えだまめ 三温糖 醤油 かつおだし 酒 ごま油 とりにく だいこん にんじん じゃがいも ごぼう はだいこん にぼし・かつおだし 酒 塩 醤油 片栗粉	こめ ぎゅうにゅう あじクリスピー 油 中濃ソース キャベツ かぼちゃ きゅうり アーモンド エッグフリーマヨネーズ 塩 こしょう だいこん にんじん しめじ とりにくだんご はだいこん ごま油 にぼし・かつおだし みそ	こめ ぎゅうにゅう なっとう じゃがいも にんじん ぶたにく だいすミート だけのこ こんにゃく さやいんげん にんにくしょうが 酒 みそ 三温糖 オイスターソース 醤油 片栗粉 ごま油 中華だし にんじん まいだけ とうふ たまご ながねぎ はだいこん にぼし・かつおだし こんぶだし 塩 醤油 片栗粉	こめ ぎゅうにゅう ぶたにく ワイン たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース ハヤシルウ にんにく しょうが デミグラスソース ローリエ 塩 こしょう コンソメ のり とりにく にんじん きゅうり もやし キャベツ ナムルドレッシング 酢 醤油 きび砂糖 塩 骨太ウエハース	こめ ぎゅうにゅう いわしの梅煮 とりにく ぶたにく ごぼう にんじん こうやどうふ だけのこ しいたけ えだまめ 三温糖 醤油 ごま油 みりん じゃがいも さやいんげん しめじ わかめ たまねぎ にぼし・かつおだし こんぶだし みそ	こめ ぎゅうにゅう きょうぎ 油 キャベツ こメロン ハム もやし ほうれんそう こまつな ごま 醤油 上白糖 ごま油 キムチベース チンゲンサイ にんじん にんじん はだいこん とりにくだんご にんにく 醤油 塩 ごま油 片栗粉 中華だし こしょう	こめ ぎゅうにゅう さんま一夜干し 醤油 みりん おから ぶたにく だいすミート だいこん なす ごぼう にんじん あぶらあげ えだまめ ごま油 三温糖 醤油 かつおだし にんじん だいこん キャベツ ながねぎ すいとん 醤油 塩 ごま油 片栗粉 片栗粉 とうもろこし	こめ ぎゅうにゅう だいたミート ぶたにく しょうが にんじん たまねぎ ごぼう だいこん なす とうにゅうバター とうにゅうクリーム カレー粉 ワイン コンソメ トマトケチャップ トマトピューレー カレールウ 塩 とりにく 酒 たまねぎ トマト たまご ほうれんそう コンソメ ごま油 塩 こしょう 醤油 片栗粉 とうもろこし	こめ ぎゅうにゅう さば文化干し 酒 しょうが 三温糖 きび砂糖 みりん 醤油 ごま 片栗粉 こまつな キャベツ にんじん ハム 醤油 酢 三温糖 のり なまあげ だいこん にんじん わかめ ながねぎ にぼし・かつおだし みそ	こめ ぎゅうにゅう なす ピーマン ぶたにく だいすミート だけのこ にんじん きくらげ たまねぎ にんにくしょうが ごま油 中華だし 麻婆豆腐ベース 酒 上白糖 みそ 片栗粉 醤油 三温糖 ワントン ごま油 にんにく ぶたにく にんじん わかめ もやし とうもろこし にら 塩 こしょう チキンブイヨン みそ もちもち紫いも
栄養価	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質	エネルギーたんぱく質脂質
小学校(中学年)	60532.718.4	62625.522.1	61128.318.0	61021.118.0	66228.622.0	74827.830.5	67325.221.6	67027.720.0	61528.521.2	63523.917.9
中学校	80740.321.7	80630.125.2	81235.921.1	80726.120.9	88636.726.8	96333.535.6	85329.723.0	86234.223.3	81234.924.5	82529.620.0

★ 上記材料は、天候などにより、変更になる場合があります。

かむってすごい！



歯と口の健康週間です。
かむことを意識して食べましょう。



令和7年度 6月分の給食費	
小学校	中学校・職員
5,150 円	6,000 円

振り替え	6/30(月)
※口座残高にご注意ください。	