



平成27年 6月 学校給食献立表<A> 吉田町

吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

日曜日	献立名	使われている食品と主なはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	スプーン ・ フォーク	欠食校 (学年欠食は 含みません)
		あか 体をつくるもと になる食品	みどり 体の調子を整えるもと になる食品	きいろ エネルギーのもと になる食品			
1月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	586		中央小 自彊小
	ビビンバ(にくのにももの)	ぶたにく	わらび ほしいたけ しょうが にんにく	さとう ごまあぶら	25.8		
	やさいのナムル		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごまあぶら	731		
	はるさめスープ	とりにく たまご	たまねぎ にんじん ちんげんさい	はるさめ でんぷん	30.3		
	バナナ		バナナ				
2火	🦷 むし歯予防かみかみ献立～6月4日はむし歯予防デーです。ひと口30回、よくかんで食べましょう～						
	だいたいのながかみごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう だいたいの		こめ むぎ さとう	646		
	ししゃもフライ	ししゃも		パンこ こむぎこ コーンこ ライむぎあぶら	24.4		
	ごぼうサラダ ごまドレッシング		ごぼう きゅうり にんじん ほうれんそう	さとう ごま ごまドレッシング	751		
	わかめスープ	とりにく わかめ	きゃべつ にんじん	ごま	28.2		
オレンジ		オレンジ					
3水	🍱 日本味めぐり給食の日【長崎県】～ちゃんぽんめんは長崎県の郷土料理です。びわが特産品として有名です。～						
	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こむぎこ	598		
	ちゃんぽんめんスープ	ぶたにく えび なんと	きゃべつ ちんげんさい にんじん たまねぎ きくらげ ねぶかねぎ メマしょうが にんにく とうもろこし	でんぷん ごまあぶら あぶら	28.2		
	ポークパオズ	ぶたにく とりにく だいたいの	たまねぎ しょうが	こむぎこ でんぷん パンこ さとう	759		
	こまつなとしめじのレモンじょうゆあえ		こまつな しめじ レモンかじゅう		35.6		
びわ		びわ					
4木	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ			
	のりつくだに(ちゅうがっこうのみ)	のり		さとう はちみつ			625
	チキンカツ	とりにく		パンこ こむぎこ こめこ でんぷん あぶら			26.7
	うのはなに	おから とりにく あぶらあげ	にんじん はねぎ	ごまあぶら さとう あぶら			786
	きゃべつのみそしる	わかめ にほし さばぶし みそ	きゃべつ にんじん たまねぎ えのきたけ				31.5
ミニトマト		ミニトマト					
5金	ごまパン ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう		こむぎこ ショートニング さとう ごま	631		
	フランクフルト	ぶたにく		さとう	24.9		
	コーンサラダ フレンチドレッシング		きゃべつ とうもろこし きゅうり	フレンチドレッシング	862		
	そらまめのクリームに	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ そらまめ	じゃがいも クリーム あぶら	33.6		
	パイン		パイン				
8月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ		自彊小 住吉小	
	さけのしおやき	さけ		さとう			628
	コーンときゅうりのすのもの	わかめ	きゅうり とうもろこし しょうが	さとう			26.9
	じゃがいものそぼろあん	とりにく	たまねぎ こんにやく にんじん えだまめ	じゃがいも さとう でんぷん あぶら			808
	グレープフルーツ		グレープフルーツ				33.9
9火	さくらえびちらしずし ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さくらえび	にんじん たけのこ ほしいたけ	さとう			
	うずらたまごといーだんごのくしフライ	うずらたまご とりにく ぶたにく とりにく だいたいの	たまねぎ	でんぷん さとう パンこ こむぎこ こめこ あぶら			594
	やさいのごまあえ		ほうれんそう もやし きゃべつ	ごま さとう			23.9
	けんちんじる	とうふ あぶらあげ かつおぶし	にんじん ごぼう だいこん はねぎ	ごまあぶら でんぷん			687
	オレンジ		オレンジ				26.7
10水	こくとうパン ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう		こむぎこ ショートニング さとう こくとう	683		
	ポテトチップかぼちゃグラタン	ぎゅうにゅう チーズ	かぼちゃ たまねぎ にんじん とうもろこし	じゃがいも あぶら コーンこ さとう マーガリン こむぎこ でんぷん	27.9		
	アスパラとウインナーのソテー	ウインナー	アスパラガス とうもろこし にんじん たまねぎ	あぶら	861		
	チリコンカン	だいたいの ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ にんにく トマト オレガノ	あぶら	34.5		
	アメリカンチェリー		アメリカンチェリー				
11木	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ		中央小	
	かれいのたつたあげ	かれい	しょうが かんてん	こめこ あぶら			602
	チンジャオロースー	ぶたにく	たけのこ ビーマン にんにく しょうが	ごまあぶら さとう でんぷん			27.5
	じゃがいものみそしる	あぶらあげ にほし さばぶし みそ	たまねぎ にんじん もやし はねぎ	じゃがいも			756
	ミニトマト		ミニトマト				32.9
12金	マーガリンパン ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう		こむぎこ ショートニング さとう マーガリン	615		
	ハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ	パンこ ラード でんぷん さとう	25.0		
	ほうれんそうサラダ		ほうれんそう きゅうり とうもろこし	あぶら さとう	835		
	やさいスープ	ベーコン	きゃべつ たまねぎ にんじん ちんげんさい		32.0		
	キウイフルーツ		キウイフルーツ				
15月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ			
	いとひきなっとう	なっとう					596
	いそかあえ	のり	ほうれんそう きゃべつ もやし				26.9
	おやこに	とりにく たまご こうやどうふ	たまねぎ にんじん たけのこ えだまめ	じゃがいも さとう あぶら			778
	グレープフルーツ		グレープフルーツ				34.2

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります



平成27年 6月 学校給食献立表<A> 吉田町

吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

Table with columns for Day (曜日), Menu Name (献立名), Ingredients (あか, みどり, きいろ), Energy/Quality (エネルギー, たんぱく質), Spoon/Fork (スプーン, フォーク), and School Type (欠食校). Rows include dates from 16th to 30th of June, with specific menu items and their components.

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります