

《6月は食育月間です》

平成17年に「食育基本法」が制定・施行され、「食育推進基本計画」により、毎年6月は食育月間、19日は「食育の日」と定められています。

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri



- さばの塩焼き
- 中華風野菜炒め
- かぼちゃコロッケ
- きんぴらごぼう
- 五目汁



予約締切日 5月21日(木)



- カレー
- キャベツとウインナーのソテー
- コーンのチーズフリット



予約締切日 5月22日(金)



- ホイコーロー(回鍋肉)
- 春巻き
- 大根餅
- 卵のスープ



予約締切日 5月25日(月)



- 鶏ささみチーズフライ
- ブロッコリーの塩ゆで
- ジャーマンポテト
- ラタトゥイユ
- デザート(ヨーグルト)



予約締切日 5月26日(火)



- 筑前煮
- きびなご揚げ
- たたききゅうり



予約締切日 5月27日(水)



- 鮭の塩焼き
- おひたし
- たこメンチ
- こぶひら
- 大根の味噌汁



予約締切日 5月28日(木)



- 親子煮
- じゃがいものチーズ焼き
- ごぼうチップス
- コンソメスープ



予約締切日 5月29日(金)



- 白身魚フライ
- 千切りキャベツ(ソース)
- 豆のトマト煮
- ひじきのソテー
- 青菜のスープ



予約締切日 6月1日(月)



- 鶏肉の照り焼き
- 梅とじゃこのスパゲッティ
- キャベツとコーンのソテー
- 人参しりしり



予約締切日 6月2日(火)



- 竹輪の2色揚げ
- きのことソテー
- 青菜と白滝の炒め煮
- 肉団子のケチャップ和え
- 豆腐のスープ



予約締切日 6月3日(水)



- 赤魚のおろしソースがけ
- ボイル白菜
- 切干大根のふくめ煮
- 揚げしゅうまい
- 根菜汁



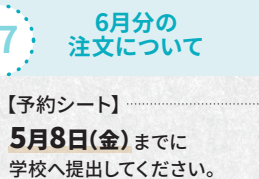
予約締切日 6月4日(木)



- 豚こまピーマンのスタミナ炒め
- 卵焼き
- かぼちゃとなすの揚げびたし
- 梅じそふりかけ

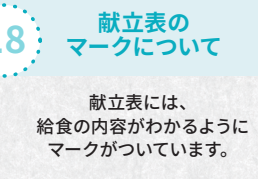


予約締切日 6月5日(金)



【予約シート】
5月8日(金)までに
学校へ提出してください。

【予約サイト】
食べる日の7日前の
(土・日・祝日を除く)
14:00まで変更ができます。
注文忘れのないようご注意ください。



献立表には、
給食の内容がわかるように
マークがついています。

☞ ごはん ※主食を記載

☞ 汁物 ☞ 果物など

☞ スプーン ※普段は箸がつかます。



- 鶏のから揚げハニーマスタードソースがけ
- ブロッコリーの塩ゆで
- スイートポテト
- 青菜のソテー
- ラビオリ入りスープ



予約締切日 6月10日(水)



- さばのカレー揚げ
- ひじき入りおひたし
- 焼きそば
- 生揚げの生姜煮
- 野菜汁



予約締切日 6月11日(木)



- タコライス
- もずくの天ぷら
- そうめんチャンプルー
- デザート(シークワーサーゼリー)



予約締切日 6月12日(金)



- 魚の味噌マヨネーズ焼き
- カレー風味の粉ふきいも
- 揚げぎょうざ
- ブロッコリーの中華和え
- 春雨スープ



予約締切日 6月15日(月)



- トマト肉じゃが
- 三色野菜ソテー
- 豆腐ナゲット



予約締切日 6月16日(火)



- 鶏肉と豆のクリーム煮
- ほうれん草のソテー
- ウインナーのドッグ揚げ



予約締切日 6月17日(水)



- 豚肉の生姜焼き
- ボイルキャベツ
- 大豆の中華煮
- コーンしゅうまい



予約締切日 6月18日(木)



- 和風ハンバーグ
- キャベツとツナの煮びたし
- フライドポテト
- 白滝のたらこ和え
- 味噌汁



予約締切日 6月19日(金)

献立の詳細について

アレルギー食品(28品目)について記載した
献立食品調査表は、裏面に記載しています。

給食の材料については、
右記二次元コードから
献立情報をご覧いただくか、
教育委員会に
お問い合わせください。



給食の予約について

● 学校行事等により給食がない日は
予約ができません。

● 給食の実施日は学校・学年によって
異なることがありますので、
学校からの予定等をご確認ください。

● 一括予約(申し込み)をされている方も
月に一度は、中学校給食システム
(予約シートで予約の方は予約通知書)で
申込状況をご確認ください。

〈 献立食品調査表 〉

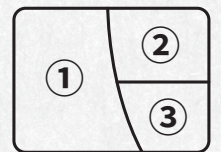
日付	献立・料理名	アレルギー
1 (月)	①さばの塩焼き	さば
	①中華風野菜炒め	豚肉
	②かぼちゃコロッケ	小麦 / 乳 / 大豆
	③きんぴらごぼう	ゴマ
	五目汁	大豆
エネルギー 828 kcal		たんぱく質 32.4 g 脂質 25.9 g 塩分相当 2.7 g
2 (火)	①カレー	小麦 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / りんご / バナナ
	②キャベツとウインナーのソテー	豚肉
	③コーンのチーズフリット	小麦 / 卵 / 乳
	エネルギー 858 kcal	
3 (水)	①ホイコーロー (回鍋肉)	小麦 / 大豆 / 豚肉 / ゴマ
	②春巻き	小麦 / 大豆 / 豚肉
	③大根餅	小麦
	卵のスープ	卵
エネルギー 898 kcal		たんぱく質 33.9 g 脂質 31.9 g 塩分相当 3.0 g
4 (木)	①鶏ささみチーズフライ	小麦 / 乳 / 大豆 / 鶏肉
	①ブロッコリーの塩ゆで	
	②ジャーマンポテト	卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン
	③ラタトゥイユ デザート (ヨーグルト)	乳
エネルギー 795 kcal		たんぱく質 29.0 g 脂質 21.0 g 塩分相当 2.1 g
5 (金)	①筑前煮	大豆 / 鶏肉
	②きびなご揚げ	
	③たたききゅうり	
	エネルギー 790 kcal	
8 (月)	①鮭の塩焼き	さけ
	①おひたし	
	②たこメンチ	小麦 / 大豆
	③こぶひら 大根の味噌汁	ゴマ 大豆
エネルギー 783 kcal		たんぱく質 33.7 g 脂質 23.3 g 塩分相当 2.7 g
9 (火)	①親子煮	小麦 / 卵 / 鶏肉
	②じゃがいものチーズ焼き	卵 / 乳 / 大豆 / りんご
	③ごぼうチップス	小麦
	コンソメスープ	鶏肉
エネルギー 855 kcal		たんぱく質 31.6 g 脂質 27.2 g 塩分相当 2.3 g
10 (水)	①白身魚フライ	小麦
	①千切りキャベツ (ソース)	大豆 / りんご
	②豆のトマト煮	大豆 / 豚肉
	③ひじきのソテー 青菜のスープ	卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン 鶏肉
エネルギー 798 kcal		たんぱく質 31.8 g 脂質 23.1 g 塩分相当 2.6 g
11 (木)	①鶏肉の照り焼き	鶏肉
	①梅とじゃこのスパゲッティ	小麦 / 卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン
	②キャベツとコーンのソテー	
	③人参しりしり	大豆
エネルギー 759 kcal		たんぱく質 30.4 g 脂質 22.0 g 塩分相当 2.5 g
12 (金)	①竹輪の2色揚げ	小麦
	①きのこソテー	
	②青菜と白滝の炒め煮	大豆
	③肉団子のケチャップ和え 豆腐のスープ	小麦 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉 大豆 / 豚肉
エネルギー 812 kcal		たんぱく質 28.4 g 脂質 26.6 g 塩分相当 2.7 g

日付	献立・料理名	アレルギー
15 (月)	①赤魚のおろしソースがけ	
	①ポイル白菜	
	②切干大根のふくめ煮	大豆
	③揚げしゅうまい	小麦 / 豚肉
	根菜汁	鶏肉
エネルギー 786 kcal		たんぱく質 35.3 g 脂質 22.4 g 塩分相当 2.5 g
16 (火)	梅じそふりかけ	大豆 / ゴマ
	①豚こまピーマンのスタミナ炒め	豚肉
	②卵焼き	卵
	③かぼちゃとなすの揚げびたし	
エネルギー 862 kcal		たんぱく質 35.6 g 脂質 27.6 g 塩分相当 2.9 g
19 (金)	①鶏のから揚げハニーマスタードソースがけ	小麦 / 鶏肉 / りんご
	①ブロッコリーの塩ゆで	
	②スイートポテト	乳
	③青菜のソテー ラビオリ入りスープ	卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン 小麦 / 豚肉
エネルギー 859 kcal		たんぱく質 33.0 g 脂質 24.8 g 塩分相当 2.8 g
22 (月)	①さばのカレー揚げ	小麦 / さば
	①ひじき入りおひたし	
	②焼きそば	小麦 / 大豆 / 豚肉
	③生揚げの生姜煮 野菜汁	大豆 大豆
エネルギー 849 kcal		たんぱく質 32.3 g 脂質 31.5 g 塩分相当 2.9 g
23 (火)	①タコライス	豚肉
	②もずくの天ぷら	小麦 / 卵 / りんご / 大豆
	③そうめんチャンプルー	小麦 / 大豆
	デザート (シークワーサーゼリー)	
エネルギー 856 kcal		たんぱく質 32.4 g 脂質 26.1 g 塩分相当 1.7 g
24 (水)	①魚の味噌マヨネーズ焼き	卵 / 乳 / 大豆 / りんご
	①カレー風味の粉ふきいも	
	②揚げきょうざ	小麦 / 卵 / 乳 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉
	③ブロッコリーの中華和え 春雨スープ	ゴマ
エネルギー 807 kcal		たんぱく質 33.1 g 脂質 25.1 g 塩分相当 2.7 g
25 (木)	①トマト肉じゃが ^g	豚肉
	②三色野菜ソテー	卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン
	③豆腐ナゲット	小麦 / 大豆
	エネルギー 830 kcal	
26 (金)	ターメリックライス	乳
	①鶏肉と豆のクリーム煮	小麦 / 乳 / 鶏肉
	②ほうれん草のソテー	
	③ウインナーのドッグ揚げ	小麦 / 豚肉
エネルギー 870 kcal		たんぱく質 30.9 g 脂質 29.0 g 塩分相当 2.1 g
29 (月)	①豚肉の生姜焼き	豚肉
	①ポイルキャベツ	
	②大豆の中華煮	大豆 / 豚肉
	③コーンしゅうまい	小麦 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉
エネルギー 821 kcal		たんぱく質 34.8 g 脂質 24.6 g 塩分相当 1.8 g
30 (火)	①和風ハンバーグ	大豆 / 鶏肉 / 豚肉
	①キャベツとツナの煮びたし	大豆
	②フライドポテト	
	③白滝のたらこ和え 味噌汁	※魚卵を使用しています。 大豆
エネルギー 870 kcal		たんぱく質 31.1 g 脂質 25.2 g 塩分相当 3.4 g

- ※ 学校行事や材料などの関係で、献立が変わることがあります。
- ※ 献立の中で「ごはん」と「麦ごはん」については省略しています。
- ※ 全てのおかずを同一の調理場で調理しています。
- ※ コンタミネーション (材料とは異なったものが微量混入すること) の可能性があることをご了承ください。
- ※ 揚げ油については何回か使い回しているため、他の食材の成分が流出している場合がありますのでご了承ください。
- ※ 調味料 (しょうゆ、みそ、ごま油及びだしの素など) に使われている材料については表示をしておりません。
- ※ 栄養素量については、牛乳を含んだ数値を掲載しています。

表示対象品目

- 特定原材料
小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ
- 特定原材料に準ずるもの
あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、バナナ、カシューナッツ、ゴマ、アーモンド、マカダミアナッツ



料理名についている番号は、ランチボックスに入る位置です。