



令和 元年  
(回数20回)

6月



# 献立予定表



太田市立尾島中学校

日	曜	献立名	飲物	おかず	主 材 料 名						目標値 エネルギー 820 たんぱく質 30.0 脂肪 27.0
					体をつくる(赤)		身体の調子をととのえる(緑)		熱や力のもとになる(黄色)		
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
3	月	ごはん	牛乳	チンジャオロースー エビ団子スープ 青のり小魚	ぶた肉 エビ団子	青のり 小魚	にんじん 青ピーマン 赤パプリカ	たけのこ ねぎ しいたけ たまねぎ	ごはん 三温糖	油 ごま油	753 34.1 19.5
4	火	バックうどん	牛乳	するめかみかみかきあげ わかめうどん汁 かみかみグミ ころころきゅうり	するめ ぶた肉 油揚げ なると	わかめ 牛乳	にんじん しいたけ ねぎ だいこん きゅうり	うどん かみかみグミ	油 ごま油	805 28.7 30.7	
5	水	たこめし (ごはん)	牛乳	たこめしの具 肉団子のスープ 海藻サラダ	たこ とり肉 油揚げ 肉団子 ツナ	牛乳	にんじん いんげんまめ こまつな	ごぼう しいたけ たまねぎ もやし	ごはん 三温糖 マロニー	油 ごま油	761 33.8 21.6
6	木	きなこ揚げパン (ツイストパン)	牛乳	イカコンソテイ コンソメスープ 歯と口の健康週間ゼリー	いか ベーコン きな粉	牛乳	にんじん こまつな ほうれんそう	コーン たまねぎ キャベツ	パン 三温糖 じゃがいも ゼリー グラニュー糖	油 バター	761 26.0 27.4
7	金	ごはん	牛乳	ひじき入り卵焼き 豚汁 酢のもの 小玉すいか	卵 とうふ ぶた肉 ツナ	ひじき わかめ 牛乳	にんじん だいこん	ごぼう こんにゃく ねぎ 小玉すいか きゅうり	ごはん 三温糖 じゃがいも	油	778 30.4 21.0
10	月	ひじきごはん (ごはん)	牛乳	ひじきごはんの具 ぶるさと汁 豆腐のそぼろあん包み あじさいゼリー	大豆 油揚げ とり肉 ちくわ ぶた肉 豆腐のそぼろあん包み	ひじき 牛乳	にんじん こまつな	たけのこ しいたけ だいこん ごぼう ねぎ	ごはん 三温糖 ゼリー	油	785 30.6 24.5
11	火	ごはん	牛乳	さばの塩焼き まいたけけんちん汁 つば漬けあえ	さば とうふ 油揚げ	牛乳	にんじん キャベツ	まいたけ ごぼう こんにゃく ねぎ だいこん きゅうり	ごはん さといも	油 ごま油	769 28.8 26.7
12	水	ごはん	牛乳	親子煮 わかめのみそ汁 ミニピーチゼリー	とり肉 卵 なると とうふ 油揚げ	わかめ 牛乳	にんじん	たまねぎ しいたけ みつば	ごはん 三温糖・ゼリー じゃがいも	油	806 35.7 17.1
13	木	食パン(2枚切り)	牛乳	ジャーマンポテト マカロニスープ Feチョコクリーム	ベーコン	牛乳	にんじん パセリ こまつな	たまねぎ キャベツ	パン じゃがいも マカロニ	油 バター	792 24.3 24.3
14	金	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 春雨サラダ	とうふ ぶた肉	牛乳	にんじん にら	しいたけ たまねぎ ねぎ きゅうり コーン キャベツ	ごはん 三温糖 はるさめ	油 ごま油	815 30.3 22.1
17	月	ごはん	牛乳	豚肉とキムチの炒め物 中華スープ コーンシューマイ(1)	ぶた肉 卵 かまぼこ シューマイ	牛乳	にんじん にら ほうれんそう	たまねぎ もやし きくらげ	ごはん 三温糖	油 ごま油 ごま	801 33.7 22.5
18	火	デニッシュパン	牛乳	とり肉とマカロニのクリーム煮 ツナサラダ いちごヨーグルト	とり肉 ツナ	ヨーグルト 生クリーム 牛乳 チーズ	にんじん キャベツ	たまねぎ あおまめ マッシュルーム きゅうり コーン	パン じゃがいも マカロニ	油	811 32.7 20.8
19	水	ごはん	牛乳	チキン南蛮 Pタルタルソース なめこの中華スープ グレープフルーツ	とり肉 なると 卵	牛乳	にんじん	なめこ ねぎ たけのこ グレープフルーツ	ごはん	油 ごま油	801 24.9 26.5
20	木	こめっこパン	牛乳	スパゲッティ ナポリタン 小松菜サラダ ミニレモンゼリー いちごジャム	ウインナー ツナ	チーズ 牛乳	にんじん 青ピーマン こまつな	たまねぎ マッシュルーム キャベツ レモン	パン 三温糖 スパゲッティ ジャム ゼリー	オリーブ油	803 27.9 25.8
21	金	麦ごはん	コーヒ 牛乳	シーフードカレー 杏仁フルーツあえ	エビ ホタテ いか あさり	牛乳	にんじん	たまねぎ りんご みかん缶 パイン缶 もも缶	麦ごはん じゃがいも 杏仁豆腐	油	886 24.0 17.7
24	月	ごはん	牛乳	じゃがいもの南蛮煮 五目きんぴら たまごふりかけ	ぶた肉 厚揚げ さつま揚げ 油揚げ 卵	牛乳	にんじん 青ピーマン	たまねぎ ごぼう こんにゃく	ごはん 三温糖 じゃがいも	油 ごま油 ごま	811 27.4 21.8
25	火	冷やし中華めん	牛乳	冷やし中華の具 Pスープ 煮卵 お米で野菜と果物のタルト	ハム 卵	わかめ 牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり もやし コーン	冷やし中華めん 三温糖	ごま油 ごま	771 30.5 23.3
26	水	ピビンバ (そぼろごはん) (ごはん)	牛乳	ピビンバ(そぼろごはんの具) ピビンバ(ナムル) Feアセロラゼリー 豆腐としいたけのスープ	ぶた肉 大豆 とうふ	牛乳	にんじん ほうれんそう	キャベツ しいたけ たけのこ	ごはん 三温糖 ゼリー	油 ごま油 ごま	748 32.0 22.5
27	木	背割りコッペパン	牛乳	焼きそば コールスローサラダ 元気ヨーグルト	ぶた肉	ヨーグルト 牛乳	にんじん にら	キャベツ もやし きゅうり コーン	蒸し中華めん パン	油	817 34.0 33.7
28	金	ごはん	牛乳	赤魚塩焼 トントん汁 冷凍みかん	赤魚 ぶた肉 豆腐 油揚げ 肉団子	牛乳	にんじん いんげんまめ えのきたけ だいこん ごぼう みかん	こんにゃく ねぎ たまねぎ しめじ	ごはん すいとん	バター	788 33.2 18.2

☆ 本字は、かみかみメニューになっています。  
 ☆ 米・野菜は、太田市産を使用しています。  
 ☆ 野菜類は、すべて加熱してあります。  
 ☆ 6月の給食費の引き落とし日は、26日(水)です。前日までに入金をお願いいたします。



この給食は  
給食室にあります。  
忘れずに取りに来てね♪