



れ い わ ね ん が つ が っ こ う き ゅ う し ゅ く よ て い こ ん だ て ひ ょ う
令和6年6月 学校給食予定献立表



おおさきがっこうきゅうしょく
大崎学校給食センター

こんげつ がっこうしよくめくしよふ
今月の給食目標



た
よくかんで食べよう！

*地場産物（広島県産）については、太字にしています。
*栄養価は基準として、小学校3、4年生の量で記載しています。
*物資の都合で、献立を変更することがあります。ご了承ください。
*これまでお子さんが食べたことのない食べ物が出ている場合は、
急のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておくなど、ご配慮ください。

日	曜日	献立名	主な使用材料						栄養価 エネルギー (kcal)
			赤		緑		黄		
			血や肉になる食品		体の調子を整える食品		熱や力になる食品		
			1群 肉・魚・卵・ 大豆製品	2群 牛乳・乳製品・ 海藻類	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の野菜・ 果実類	5群 穀物・芋類・ 砂糖類	6群 油脂類・ 糧実類	
3	月	ご飯 牛乳 ベーコンエッグ ゆかり和え きのこスープ	豚肉 ベーコン 鶏肉	牛乳	にんじん	キャベツ もやし しめじ えのきたけ ししいたけ	米		614 1.8
4	火	ご飯 牛乳 麻婆茄子 かみかみ和え	☆かみかみデー 豚肉 みそ さきいか	牛乳	にんじん ねぎ	玉ねぎ なす たけのこ 干ししいたけ キャベツ きゅうり	米 砂糖 片栗粉	米油 ごま油 白ごま	572 1.7
5	水	ご飯 牛乳 チンジャオロースー トマトと卵のスープ	☆中国の郷土料理「チンジャオロースー」 豚肉 卵	牛乳	にんじん ねぎ ピーマン トマト	玉ねぎ たけのこ えのきたけ	米 砂糖 片栗粉	米油	557 1.4
6	木	食パン 牛乳 ママレード ジャージャー麺 タコボテサラダじゃこ〜！！	☆パンの白 ☆ひろしま給食 豚肉 みそ たこ	牛乳 しらす干し	にんじん ねぎ ひろしま菜	玉ねぎ キャベツ たけのこ 干ししいたけ みかん	食パン ママレード 中華めん 砂糖 じゃがいも	米油 ごま油 マヨネーズ	605 2.2
7	金	豚丼 牛乳 めかぶ和え	豚肉	牛乳 めかぶ	にんじん ねぎ	玉ねぎ きゅうり 干ししいたけ 糸こんにゃく もやし ごぼう	米 砂糖	米油 白ごま	538 1.4
10	月	ご飯 牛乳 八宝菜 ナムル 豆乳プリン	いか 豚肉	牛乳	にんじん チンゲン菜 ほうれん草	キャベツ 干ししいたけ 玉ねぎ たけのこ もやし	米 砂糖 片栗粉 プリン	米油 ごま油 白ごま	573 1.2
11	火	ご飯 牛乳 大豆うどん たけのこきんぴら	☆広島県郷土料理「大豆うどん」 大豆 ちくわ 油揚げ	牛乳	にんじん ねぎ	大根 干ししいたけ ごぼう 板こんにゃく たけのこ	米 うどん 砂糖	米油	559 2.3
12	水	ご飯 牛乳 鶏肉の塩レモン焼き プチッと玄米サラダ もずくスープ	鶏肉 ハム	牛乳 もずく	小松菜 にんじん	キャベツ 白ねぎ 玉ねぎ とうもろこし レモン	米 もち玄米 砂糖	アーモンド ごま油	544 1.4
13	木	ご飯 牛乳 鮭のカレーパン粉焼き キャベツの青じそ風味 にらとわかめのスープ	鮭 ベーコン 豆腐	牛乳 わかめ	小松菜 にら にんじん	キャベツ もやし	米 薄力粉 パン粉		677 2.8
14	金	ご飯 牛乳 小いわしの梅香り揚げ きゅうりの即席漬 五目汁	鶏肉 油揚げ	牛乳 塩昆布	にんじん ねぎ	きゅうり キャベツ 玉ねぎ 糸こんにゃく ごぼう 梅	米	サラダ油	580 1.2
17	月	ご飯 牛乳 マカロニグラタン 豆腐ともやしのスープ	鶏肉 豚肉 豆腐	牛乳 生クリーム チーズ	ブロッコリー にんじん ねぎ	玉ねぎ しめじ もやし	米 マカロニ 薄力粉	米油	580 1.8
18	火	豆腐めし 牛乳 さわやか漬 おくらのみそ汁 ソーダゼリー	豚肉 豆腐 みそ	牛乳 昆布	にんじん 小松菜 おくら	白菜 玉ねぎ しめじ レモン	米 麦 砂糖 ゼリー	米油	535 1.7
19	水	ご飯 牛乳 だぶ 野菜のからし和え	☆町内統一献立「だぶ」 鶏肉	牛乳	にんじん 小松菜	れんこん ごぼう キャベツ 板こんにゃく	米 里いも 砂糖	米油	512 1.5
20	木	タツタサンド 牛乳 お豆さんシチュー	☆パンの白 ホキ 鶏肉 ひよこ豆	牛乳 生クリーム	にんじん	キャベツ 玉ねぎ 枝豆	コッパパン 薄力粉 片栗粉 じゃがいも	サラダ油 米油 タルタルソース	576 2.4
21	金	ご飯 牛乳 親子煮 ピリ辛きゅうり	鶏肉 高野豆腐 ちくわ 卵 かつお節	牛乳 星わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ きゅうり	米 じゃがいも 砂糖	米油 ごま油 白ごま	559 1.6
24	月	ご飯 牛乳 じゃがいもの甘辛煮 ごぼうのツナ和え	鶏肉 ツナ かつお節 大豆	牛乳	にんじん 小松菜 さやいんげん	玉ねぎ ごぼう	米 じゃがいも 砂糖	米油 ごま油	551 1.0
25	火	ご飯 牛乳 豚キムチ炒め 春雨サラダ さつまいもスティック	豚肉	牛乳	にんじん にら	玉ねぎ もやし たけのこ 白菜 きゅうり	米 砂糖 春雨 さつまいも	米油 ごま油	571 1.6
26	水	ご飯 牛乳 白身魚の梅マヨ焼き ほうれん草のおひたし なすのみそ汁	メルルーサ かつお節 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ねぎ ほうれん草	キャベツ 玉ねぎ なす しめじ 梅	米 砂糖	マヨネーズ	544 1.6
27	木	チキンカレー 牛乳 フレンチサラダ	鶏肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし	米 麦 薄力粉 じゃがいも 砂糖	米油 オリーブ油	592 1.5
28	金	ご飯 牛乳 鶏肉の照り焼き じゃがいものサラダ 沢庵碗	鶏肉 豚肉	牛乳 干しひじき	にんじん ねぎ	キャベツ 玉ねぎ たけのこ	米 じゃがいも 砂糖	米油 米油	617 2.1