６月の給食予定献立表　令和８年熊野町

日	曜	一小	二小	三小	四小	熊中	東中	献立名	力や体温になる食品	血や肉・骨になる食品	体の調子を整える食品
1	月	○	○	○	○	×	○	ご飯　ホイコーロー 揚げぎょうざ　牛乳	米　油 砂糖	豚肉　牛乳	キャベツ　玉ねぎ ピーマン にんじん
2	火	○	○	○	○	○	○	ご飯　筑前煮 そら豆のサラダ　牛乳	米　砂糖	鶏肉　厚揚げ ツナ　牛乳	れんこん　ごぼう こんにゃく　大根 しいたけ　そら豆 にんじん　キャベツ
3	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　チリコンカン ワンタンスープ　牛乳	米　ワンタン じゃがいも　砂糖	牛肉　牛乳	ひよこ豆　玉ねぎ トマト　にんじん チンゲン菜
4	木	○	○	○	○	○	○	ご飯　コーンシチュー グリーンサラダ　牛乳	米　マカロニ じゃがいも 砂糖　油	鶏肉　牛乳	玉ねぎ　にんじん コーン　キャベツ アスパラガス きゅうり
5	金	○	○	○	○	○	○	三色そぼろ丼　もずくスープ　牛乳	米　油 砂糖	鶏肉　卵 もずく　牛乳	えだ豆　玉ねぎ にんじん　青ねぎ
8	月	○	○	○	○	○	○	ご飯　カレー豆腐 はりはり漬け　牛乳	米　ごま 砂糖	豚肉　豆腐 わかめ　しらす 牛乳	玉ねぎ　青ねぎ 大根　にんじん きゅうり
9	火	○	○	○	○	○	○	黒豆ご飯　ちくわの天ぷら わかめキャベツ　豚汁　牛乳	米　油 てんぷら粉	ちくわ　豚肉 油揚げ　豆腐 牛乳	キャベツ　玉ねぎ 白菜　大根 ごぼう　にんじん 青ねぎ
10	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　韓国風すき焼き 小松菜のオイスター炒め　牛乳	米　ごま油 砂糖　油	豚肉　豆腐 牛乳	にんじん　玉ねぎ 白菜キムチ　青ねぎ 糸こんにゃく 小松菜　もやし
11	木	○	○	○	○	○	○	ご飯　まごわやさしいうま煮 しそひじき和え　牛乳	米　ごま じゃがいも　砂糖	豚肉　大豆 さつま揚げ かまぼこ　牛乳	ごぼう　しいたけ こんにゃく にんじん キャベツ
12	金	○	○	○	○	○	○	ご飯　油淋鶏 ABCスープ　牛乳	米　マカロニ 砂糖　ごま油	鶏肉　牛乳	白ネギ　キャベツ 玉ねぎ　にんじん チンゲン菜 しいたけ
15	月	○	○	○	○	○	○	ご飯　八宝菜　杏仁フルーツ いりこ　牛乳	米　砂糖 ごま油	豚肉　杏仁豆腐 いりこ　牛乳	白菜　にんじん 玉ねぎ　たけのこ きくらげ　きぬさや パイン缶　みかん缶
16	火	○	○	○	○	○	○	ご飯　オムレツ　フライドポテト まろやかみそ汁　牛乳	米　油 じゃがいも	卵　豆腐 油揚げ　わかめ 豆乳　牛乳	玉ねぎ にんじん 青ねぎ
17	水	○	○	○	○	○	○	肉みそごぼう丼　かきたま汁　牛乳	米　油 砂糖	豚肉　卵 牛乳	ごぼう　キャベツ にんじん　玉ねぎ ピーマン
18	木	○	○	○	○	○	○	ハヤシライス　フレンチサラダ 牛乳	米　油　砂糖 じゃがいも	牛肉　ハム 牛乳	玉ねぎ　にんじん キャベツ　コーン きゅうり
19	金	○	×	○	○	○	○	ご飯　肉じゃが 小いわしの磯天ぷら ゆかりキャベツ　牛乳	米　砂糖　油 じゃがいも	豚肉　いわし 牛乳	玉ねぎ　いんげん キャベツ にんじん
22	月	○	○	○	×	○	○	ご飯　水ぎょうざスープ 梅としらすのビーフンソテー　牛乳	米　ビーフン	鶏肉　豚肉 しらす　牛乳	もやし　白菜 小松菜　にんじん 玉ねぎ　えだ豆
23	火	○	○	○	○	○	○	ご飯　照り焼きハンバーグ 添え野菜　ひろしまっ子汁　牛乳	米　砂糖 じゃがいも	豚肉　豆腐 しらす　牛乳	キャベツ　小松菜 玉ねぎ　青ねぎ にんじん
24	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　マーボー豆腐 中華サラダ　牛乳	米　春雨 砂糖　油 ごま油	豚肉　豆腐 牛乳	玉ねぎ　にんじん チンゲン菜 コーン
25	木	○	○	○	○	○	○	ご飯　とんかつの卵とじ おいものみそ汁　牛乳	米　里芋　砂糖 さつまいも じゃがいも	豚肉　卵 油揚げ　わかめ 牛乳	玉ねぎ にんじん 青ねぎ
26	金	○	○	○	○	○	○	ご飯　ポークビーンズ 白菜のサラダ　牛乳	米　油　砂糖 じゃがいも	豚肉　大豆 ハム　牛乳	白菜　きゅうり 玉ねぎ　にんじん
29	月	×	○	○	○	○	○	スタミナ丼　カルちゃんサラダ 牛乳	米　砂糖 ごま油　油	豚肉　ひじき チーズ　牛乳	玉ねぎ　たけのこ ニラ　キャベツ にんじん　小松菜
30	火	○	○	○	○	○	○	わかめご飯　白身フライ きんぴらごぼう 野菜たっぷりみそ汁　牛乳	米　ごま油 じゃがいも　砂糖	たら　油揚げ わかめ　牛乳	ごぼう　にんじん 白菜　玉ねぎ 大根　青ねぎ

	日	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30	平均
小学校	熱量(kcal)	641	545	618	649	629	669	649	589	581	651	565	689	616	693	655	613	618	659	673	643	592	598	629
	蛋白(g)	22.8	20.7	20.1	22.2	25.9	25	22.4	23.3	21.4	29	18.4	21.3	22.7	18.3	20.7	20.2	22.4	24.6	21.2	23.4	20.8	19.3	22.1
	塩分(g)	1.6	1.2	1.9	2.2	1.7	2.6	2	1.8	1.5	1.6	1.3	2.2	2.7	3	1.5	3	2.3	1.6	2.7	1.9	1.6	2.4	2.0
	日	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30	平均
中学校	熱量(kcal)	771	630	716	736	691	766	739	683	673	733	652	775	699	769	733	696	726	771	765	733	674	692	719
	蛋白(g)	28.1	23.6	22.7	24.1	26.4	28.6	25.4	26.7	24.5	32.5	20.8	22.8	25.2	19.9	22.2	22.1	25.9	29.1	23.9	26.5	23.3	22.1	24.8
	塩分(g)	1.9	1.2	1.9	2.2	1.7	2.7	2.3	1.9	1.5	1.6	1.3	2.3	2.7	3	1.5	3	2.5	1.6	3.1	1.9	1.6	2.7	2.1

※ ６月の給食費の引き落としは６月３０日(火) です。献立食材等は都合により変更することがあります。