

6月のこんだてひょう

★ぎゅうにゅうは、まいにちつきます！（小学校用） ＊砂川市学校給食センター

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	
★ 2	(月)	ごはん(ビビンバとん)	こめ	3	△#□しょうゆラーメン	ラーメン、ぶたにく、こむぎ、だいず、たまねぎ、はくさい、にんじん、もやし、たけのこ、つと、ながねぎ、にんにく、しょうが、かつおエキスを、かきじる、こんがエキスを、とりにくエキスを、しいたけエキスを、キャベツエキスを、ごま、ごまあがら	4	なめし	こめ、ひろしまな、きょうな、だいこんは、かつおぶし	5	ごはん	こめ	★ 6	■#コッペパン	にゅう、こむぎ	
		#ビビンバとん(にく)	ぶたひきにく、とりひきにく、だいず、にんにく、しょうが、こむぎ、そらまめこ			わかめとながねぎのみとしる		わかめ、だいこん、えのきたけ、にんじん、あぶらあげ、ながねぎ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキスを、あさりエキスを、こんがエキスを	とうふのみとしる		とうふ、たまねぎ、ながねぎ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキスを、あさりエキスを、こんがエキスを	●#はくさいとミートボールのスーフ		はくさい、たまねぎ、こまつな、にんじん、とりにくエキスを、だいず、ミートボール(とりにく、ぶたにく、だいず、たまねぎ)、けいらん、こむぎ		
		#□ ビビンバとん(やさしい)	もやし、にんじん、ほうれんそう、こまつな、こむぎ、だいず、ごまあがら、ごま			#しろうみざかなのフライ		ホキ、こむぎ、だいず	#ぶたにくのバーベキューソース		ぶたにく、しょうが、にんにく、りんご、たまねぎ、こむぎ、だいず、トマト	■さけのムニエル(ごめこ)		さけ、バター、こめ		
エネルギー68.2	たんばく質30.6	●#□ わかめスープ	ベーコン、ながねぎ、はるさめ、わかめ、けいらん、とりにくエキスを、こむぎ、だいず、ごま、ぶたにくエキスを、ぎゅうにくエキスを、ゼラチン	(火)	#□ぎょうざ	キャベツ、にら、ぶたにく、とりにく、だいず、ごまあがら、こむぎ、しょうが	(水)	ハッケノース	トマト、にんじん、りんご、だいず、たまねぎ	(木)	#ひじきとだいずのもの	とりにく、こんにゃく、にんじん、ひじき、だいず、こむぎ、さつまあげ(たちうお、すけそうたら)	エネルギー58.5	●#マカロニサラダ	マカロニ、にんじん、きゅうり、コーン、ツナ、マヨネーズ(けいらん)、だいず、こむぎ	
9	(月)	ごはん	こめ	10	●■#やきフリントルト	こむぎ、にゅう、けいらん、だいず、だっしふんにゅう	★ 11	ごはん(ぶたにくとんぶり)	こめ	★ 12	■#メロンパン	にゅう、こむぎ	★ 13	■#ハヤシライス	こめ、ぶたにく、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、マッシュルーム、にんにく、しょうが、だっしふんにゅう、りんご、トマト、とりにくエキスを、にゅう、だいず、こむぎ、トマト、こんがエキスを、ホッケエキスを、すけそうたらエキスを	
		だいこんとあぶらあげのみとしる	だいこん、しめじ、えのきたけ、あぶらあげ、わかめ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキスを、あさりエキスを、こんがエキスを			キャベツのみとしる		キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキスを、あさりエキスを、こんがエキスを	●#ニョッキのスーフ		ニョッキ(じゃがいも、こむぎ、けいらん)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ウインナー、けいらん、とりにくエキスを、こむぎ、だいず	(金)		#□ こまつなサラダ	こまつな、ハム、もやし、にんじん、こむぎ、だいず、ごまあがら、ごま、こめ	
		#ほっけふわフライ	ほっけ、こむぎ、だいず			(火)		■#□にくまん	キャベツ、たまねぎ、あおねぎ、とりにく、ぶたにく、こむぎ、だいず、にんにく、ごまあがら、しょうが、にゅう		(水)			■#チーズフォンデュコロッケ	じゃがいも、チーズ、だっしふんにゅう、こむぎ、だいず、こめ	(木)
エネルギー62.2	たんばく質27.0	#すきやきに	ぶたにく、たまねぎ、やきとうふ、はくさい、しらたき、ながねぎ、ほししいたけ、こむぎ、だいず	たんばく質26.0	▲#スナックアーモンド	アーモンド	たんばく質27.8	#ぶたにくとんぶりのく	ぶたにく、こむぎ、だいず、たまねぎ	エネルギー65.9	■#コーンバター		コーン、ベーコン、えだまめ、にんじん、バター、とりにくエキスを、こむぎ、だいず	たんばく質24.6	■#かためきチーズ	にゅう
16	(月)	ごはん	こめ	★ 17	#ナン	こむぎ	18	ごはん	こめ	★ 19	■#ミルカパン	にゅう、こむぎ	★ 20	ごはん	こめ	
		#かぼちゃだんごじる	かぼちゃもち(かぼちゃ、じゃがいも)、とりにく、あぶらあげ、だいこん、ながねぎ、ごぼう、にんじん、ほししいたけ、こむぎ、だいず、こんが、かつおぶし			●■#ひきにくカレー		ぶたひきにく、とりひきにく、たまねぎ、にんじん、だいず、ピーマン、しょうが、にんにく、バター、とんし(豚脂)、こむぎ、にゅう、だいず、けいらん、りんご、だっしふんにゅう、トマト、チーズ、バナナペースト、はちみつ、ココア、バターミルク、こんがエキスを	#けんちんじる		とうふ、だいこん、にんじん、ごぼう、ながねぎ、あぶらあげ、こむぎ、だいず、こんが、かつお	△■#キャベツのクリームスーフ		たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、にんじん、ベーコン、バター、ぎゅうにゅう、なまクリーム、とりにくエキスを、こむぎ、だいず、だっしふんにゅう、ぜんふんにゅう、チーズ、こむぎ、ほたてエキスを、こんがエキスを	●#ちゅうかたまごスーフ	ベーコン、けいらん、こまつな、たまねぎ、たけのこ、にんじん、とりにくエキスを、ぶたにくエキスを、ぎゅうにくエキスを、だいず、ゼラチン
		さばのみぞに	さば、だいず			(火)		●オムレツ	けいらん、こめ、だいず、こんが、かつおぶし		(水)	■#□ とりにくのねぎネギみそチーズやき		とりにく、ながねぎ、こむぎ、だいず、ごま、チーズ	(木)	#メンチカツ
エネルギー69.7	たんばく質26.5	#□やさしいチャップチェ	はるさめ、ぶたにく、もやし、にんじん、ピーマン、しょうが、にんにく、こむぎ、だいず、ごまあがら	エネルギー70.3	#だいこんサラダ	だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ、たまねぎ、あかピーマン、にんにく、しいたけ、しょうが、こむぎ、だいず、りんご、ブルーン、かつおぶし、とりにくエキスを、ぶたにくエキスを	エネルギー67.1	#にくじゃが	ぶたにく、じゃがいも、たまねぎ、しらたき、にんじん、さやいんげん、こむぎ、だいず	エネルギー62.9	■#フロッキーサラダ	ブロッコリー、コーン、ハム、チーズ、たまねぎ、あかピーマン、にんにく、しいたけ、しょうが、こむぎ、だいず、りんご、ブルーン、かつおぶし、とりにくエキスを、ぶたにくエキスを	エネルギー64.2	#□ ホイコーロー	キャベツ、ぶたにく、ピーマン、ながねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、こむぎ、だいず、ごまあがら	
23	(月)	ごはん	こめ	★ 24	△■#あんかけスパゲティ	スパゲティ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、しめじ、ウインナー、トマト、かきじる、あさりエキスを、しょうが、にんにく、とりにくエキスを、こむぎ、だいず、バター、パセリ	25	ごはん	こめ	★ 26	■#ごめパン	にゅう、こむぎ、こめ	★ 27	ごはん	こめ	
		●△■#どりでほうみれじる	つみれ(えそ、けいらん、とりにく、だいず、こむぎ、にゅう、たまねぎ、ごぼう、にんじん、しょうが、かきじる)、だいこん、にんじん、ごぼう、ほししいたけ、ながねぎ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキスを、あさりエキスを、こんがエキスを			△#いわしかほやき		いわし、こむぎ、だいず、かきじる	●#とりにくのマスタードやき		とりにく、マヨネーズ(けいらん)、だいず、こむぎ、マスタード	●#みぞカツ		ぶたにく、だいず、けいらん、こむぎ		
		●■#あつやきたまご	けいらん、はちみつ、こむぎ、だいず、にゅう			(火)		*フルーツしらたま	みかん、パイン、もも、しらたまもち、だいず		(水)	#きりぼしだいこんいため		きりぼしだいこん、にんじん、ぶたにく、ひじき、ほししいたけ、しらたき、こむぎ、だいず	エネルギー65.5	#ジャーマンポテト
エネルギー66.3	たんばく質29.1	△#□ やきにくに	ぶたにく、たまねぎ、もやし、にんじん、ながねぎ、しょうが、にんにく、だいず、かきじる、あさりエキスを、こむぎ、ごまあがら、そらまめこ	エネルギー59.2	▲アーモンドフィッシュ	アーモンド、かたくちいわし	たんばく質24.1	たんばく質30.7	たんばく質23.9	たんばく質23.9	たんばく質24.2					
★ 30	(月)	ごはん	こめ	21.0	●#ちゅうかスーフ	・日にちの前に★のマークがついている日は、スプーンがつかます。 ・お箸は毎日持参をしてください。毎日洗って清潔なものを使いましょう。 ・都合により献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。 ・献立表の中で作ってみたいメニューがあればお気軽に給食センターまで連絡してください。 TEL52-2229	22日「わかめスープ」、6日「白菜とミートボールのスープ」、26日「ラビオリスープ」、30日「中華スープ」の卵は、スプーの原材料に含まれています。 17日「ひき肉カレー」の卵は、調味料の原材料に含まれています。	～卵(●マーク)について～	含まれているアレルギー物質は、次のマークで示しています。 卵・・・● えび、かに、ホタテ、かき貝・・・△ 牛乳、乳製品・・・■ ナッツ・・・▲ チョコレート・・・○ パイン・・・※ 小麦粉・・・# ごま・・・□	長芋、山芋・・・\$						