



令和7年6月分献立予定表



—小学校—

日曜	主食	牛乳	主菜・副菜	デザート	おもにエネルギーのもとになる食品		おもに体をつくるもとになる食品		おもに体の調子を整えるもとになる食品		家庭でとりたい食べ物
					たんぱく質 炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		
2月	ごはん	○	豚肉の梨ソース炒め もずくのすまし汁 らっきょう入り白和え		こめ さとう かたくりこ こんにゃく	あぶら ごま	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう もずく	たまねぎ あかピーマン キャベツ ピーマン なし にんじん えのきたけ ねぎ こまつな しめじ ちんねん		
3火	きなこ揚げパン	○	さけの香草焼き 野菜たっぷりコンソメスープ		パン さとう こむぎこ パンこ	あぶら バター	きなこ さけ ウインナー	ぎゅうにゅう チーズ	パセリ たまねぎ キャベツ にんじん コーン ほうれんそう	海そう類 くだもの類	
6/4~10は「歯と口の健康週間」です!											
4水	ごはん	○	カムカムチキン ながいもとろろ汁 ピーマンと豚肉の塩こうじ炒め		こめ タルト かたくりこ こむぎこ さかき しおこうじ	あぶら	とりにく たまご とうふ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう	しめじ ねぎ キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン	海そう類 くだもの類	
5木	ごはん	○	ちくわのツナマヨ焼き 鶏だんごスープ スナックえんどうのサラダ		こめ かたくりこ じゃがいも	ノンエッグマヨ ネーズ ドレッシング ごま	ちくわ まぐろ ハム とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん ピーマン パセリ ねぎ しょうが ほうれんそう スナックえんどう キャベツ じゃがいも	豆類 海そう類 くだもの類	
6金	だいせん 大山おこわ	○	大山おこわの具 厚揚げのみそ汁 きりぼしだいこん すもも 切干大根の酢の物	ブルーベリー タルト	こめ くり もちごめ さとう タルト	あぶら ごま	とりにく あぶらあげ あつあげ みそ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	ごぼう にんじん わらび ブルーベリー ほししいたけ たまねぎ ねぎ えのきたけ きりぼしだいこん じゃがいも	いも類	
9月	ごはん	○	かれいのから揚げ 北菜しいたけのすまし汁 のり酢和え		こめ さとう こむぎこ かたくりこ	あぶら	かれい とうふ まぐろ	ぎゅうにゅう わかめ のり	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ こまつな キャベツ	くだもの類	
10火	コッペパン	○	ジビエとなすのトマト煮 ながいものコンソメスープ フルーツヨーグルト		パン さとう さかき	オリーブあぶら	いぬしにく ウインナー	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんにく たまねぎ セロリ トマト ねぎ パセリ ほうれんそう にんじん しめじ いんげん おとうろく パイン あまなつみかん	豆類 海そう類	
11水	ごはん	○	いわしの梅煮 みそけんちん汁 キャベツのおかか炒め		こめ さとう かたくりこ こんにゃく	あぶら	いわし とりにく とうふ みそ かつおぶし	ぎゅうにゅう	しそ うめ にんじん ごぼう ほうれんそう だいこん ねぎ キャベツ チンゲンサイ	海そう類 くだもの類	
12木	ごはん	○	チンジャオロースー 五目春雨スープ もやしのナムル		こめ さとう はるさめ	あぶら ごま ごまあぶら	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	たけのこ にんじん ピーマン にんにく しょうが しいたけ もやし ほうれんそう たまねぎ キャベツ	いも類 豆類 海そう類 くだもの類	
13金	ごはん	○	鶏肉のフレーク焼き ミネストローネ ジャーマンポテト		こめ さとう パンこ コーンフレーク じゃがいも	ノンエッグマヨ ネーズ あぶら	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	キャベツ にんじん たまねぎ にんにく しめじ いんげん パセリ	豆類 海そう類 くだもの類	
～「地産地消」北栄町おいしさ発見ウィーク～ 6/16~20は北栄町学校給食「食育週間」											
16月	ごはん	○	あじフライらっきょうコンタルタル 北栄野菜のどん汁 五目ひじき		こめ さとう パンこ こむぎこ こんにゃく	ノンエッグマヨ ネーズ あぶら	あじ みそ ぶたにく とりにく だいす	ぎゅうにゅう ひじき	らっきょう コーン パセリ だいこん ほうれんそう にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ いんげん	くだもの類	
17火	だいせん 大山小麦 コッペパン	○	ジビエミートローフのぶどうソース 砂丘ながいものクリームスープ ぼたいたげんのサラダ		パン パンこ さとう さかき	あぶら	ぶたにく いぬしにく おから ハム	ぎゅうにゅう	たまねぎ ぶどう にんじん しめじ パセリ いんげん じゃがいも キャベツ	海そう類	
18水	ごはん	○	さばのみそこうじ焼き ちくわのすまし汁 じゃがいものそぼろ煮		こめ さとう しおこうじ じゃがいも かたくりこ	あぶら	さば みそ ちくわ とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	しょうが にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ いんげん	くだもの類	
19木	ごはん	○	豚肉のスタミナ炒め あじのつみれ汁 北栄トマトのサラダ		こめ さとう かたくりこ	あぶら	ぶたにく みそ あじ とうふ	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが キャベツ にんじん ピーマン ねぎ たまねぎ トマト あかたまねぎ じゃがいも えだまめ	海そう類 くだもの類	
20金	ごはん	○	梅の香りチキンカツ ポークカレー	だいせん 大菜すいか	こめ さとう こむぎこ かたくりこ パンこ じゃがいも	あぶら	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	うめ かぼちゃ ねぎ たまねぎ にんじん にんにく なし すいか	豆類 海そう類	
23月	ゆかりごはん	○	さわらの白みそ焼き 肉じゃが 干草和え		こめ さとう じゃがいも こんにゃく	ごまあぶら	さわら みそ ハム ぶたにく	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん いんげん ほうれんそう もやし しそ	海そう類 くだもの類	
24火	コッペパン	○	揚げぎょうざ 牛骨ラーメン 野菜の塩だれ炒め		パン こむぎこ ラーメン	あぶら	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	キャベツ たまねぎ にら しょうが たけのこ もやし きくらげ ねぎ にんじん ピーマン	いも類 豆類 海そう類 くだもの類	
25水	ごはん	○	若鶏肉のトマトソース にらたま汁 ポテトサラダ		こめ さとう じゃがいも	ノンエッグマヨ ネーズ	とりにく たまご とうふ	ぎゅうにゅう	トマト たまねぎ にんじん しめじ にら あかたまねぎ じゃがいも コーン	海そう類 くだもの類	
26木	ごはん	○	あごのから揚げ なすのみそ汁 春雨のそぼろ炒め		こめ さとう かたくりこ はるさめ	あぶら ごまあぶら	とびうお みそ あぶらあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう	しょうが ねぎ にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ チンゲンサイ	海そう類 くだもの類	
27金	ごはん	○	ホイコーロー ピーンスープ すいかとメロンのフルーツ合わせ		こめ さとう かたくりこ ピーン ゼリー	あぶら	ぶたにく	ぎゅうにゅう	キャベツ にんじん たまねぎ しょうが にんにく ほうれんそう しいたけ コーン メロン すいか パイン	豆類 海そう類	
30月	ごはん	○	かぼちゃコロッケ じゃがいもとたまねぎのみそ汁 いりどり		こめ さとう パンこ こむぎこ じゃがいも こんにゃく	あぶら	ぶたにく あぶらあげ みそ とりにく	ぎゅうにゅう	かぼちゃ たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう たけのこ しょうが スナックえんどう	海そう類 くだもの類	

※献立及び食材は、都合により変更することがあります。太字の食材は、北栄町産の食材です。 北栄町学校給食センター TEL 36-3244 担当：栄養教諭

中学校：5日(木)、6日(金)は給食無し。