

令和8年度 6月

献立表

中学校用

熊取町教育委員会

日・曜	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	29日(月)	30日(火)
献立名	小型渦巻きパン 夏野菜のスパゲティ さやいんげんのソテー 牛乳	ごはん ちゃんこ汁 鯖のピリ辛煮 牛乳	とんかつバーガー コーンスープ 飲むヨーグルト(コアコア)	食育の日 ごはん 玉ねぎの味噌汁 切り干し大根の煮物 ツナそぼろ 牛乳	ごはん マカロニスープ 煮込みハンバーグ 飲むヨーグルト(アンドミルク)	渦巻きパン わかめスープ 焼きビーフン 牛乳	ごはん けんちん汁 豚肉の甘辛煮 牛乳	渦巻きパン クリームシチュー キャベツのサラダ 牛乳	新メニュー ごはん 豚汁 鱈フライ 牛乳	豚丼 冬瓜のすまし汁 ももゼリー 牛乳	照焼きチキンバーガー ミネストラスープ 牛乳
材料名および三色栄養	小型渦巻きパン ハーフスパゲティ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 なす ズッキーニ セロリ にんにく サラダ油 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 フランクフルト ホールコーン さやいんげん サラダ油 塩 胡椒 牛乳	精白米 鶏団子 つきこんにやく 大根 人参 ごぼう 青ねぎ うす口醤油 塩 けずりぶし だし汁 鯖 土生姜 赤味噌 砂糖 こい口醤油 酒 ごま油 豆板醤 水 牛乳	パーカーパン 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ ホールコーン 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ とんかつ 揚げ油 キャベツ サラダ油 リンゴ抜き1食中濃ソース 飲むヨーグルト(コアコア)	精白米 厚揚げ 鶏肉 玉ねぎ わかめ 人参 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 切干天根 人参 油揚げ 砂糖 こい口醤油 みりん けずりぶし だし汁 ツナ 土生姜 煎り胡麻 こい口醤油 みりん 砂糖 牛乳	精白米 鶏肉 シェルマカロニ 玉ねぎ キャベツ 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ ハンバーグ 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 飲むヨーグルト(アンドミルク)	渦巻きパン 鶏肉 わかめ 白菜 緑豆もやし 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ 豚肉 ビーフン 筍 人参 ニラ サラダ油 ごま油 うす口醤油 塩 胡椒 牛乳	精白米 鶏肉 豆腐 油揚げ 里芋 大根 人参 青ねぎ うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ 豚肉 ちくわ こんにやく 土生姜 サラダ油 砂糖 こい口醤油 牛乳	渦巻きパン 精白米 鶏肉 酒 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 粉チーズ 塩 胡椒 鶏がら スープ ボンレスハム キャベツ ホールコーン 人参 イタリアンドレッシング 牛乳	精白米 豚肉 さつま芋 玉ねぎ 人参 緑豆もやし ごぼう 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 アジフライ 揚げ油 ノンエッグタルタルソース 牛乳	精白米 豆腐 かまぼこ 冬瓜 人参 青ねぎ うす口醤油 塩 けずりぶし だし昆布 だし汁 豚肉 糸こんにやく 玉ねぎ 人参 砂糖 こい口醤油 酒 けずりぶし だし昆布 だし汁 ももゼリー 牛乳	パーカーパン ミニウインナー 玉ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 セロリ トマトピューレ トマトケチャップ 砂糖 うすくち醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ 鶏肉 土生姜 にんにく 砂糖 こい口醤油 みりん 酒 水 キャベツ サラダ油 片栗粉 ノンエッグ1食マヨネーズ 牛乳
中学	エネルギー/たんぱく質/脂質 710kcal 28.2g 27.1g	エネルギー/たんぱく質/脂質 727kcal 28.4g 26.2g	エネルギー/たんぱく質/脂質 745kcal 26.1g 26.6g	エネルギー/たんぱく質/脂質 650kcal 26.8g 14.6g	エネルギー/たんぱく質/脂質 688kcal 25.0g 11.1g	エネルギー/たんぱく質/脂質 639kcal 28.4g 20.8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 677kcal 31.5g 18.9g	エネルギー/たんぱく質/脂質 726kcal 28.8g 25.3g	エネルギー/たんぱく質/脂質 688kcal 26.0g 16.6g	エネルギー/たんぱく質/脂質 678kcal 27.0g 16.1g	エネルギー/たんぱく質/脂質 743kcal 37.3g 30.0g

赤: 赤色の食品... 体をつくるもとになるもの 黄: 黄色の食品... 熱や力になるもの 緑: 緑色の食品... 体の調子をととのえるもの

★都合により、献立が一部変更になる場合があります。

★カミカミ献立は、噛み応えのある食材を使用しています。よく噛んで食べましょう。

★給食の栄養基準量は文部科学省「日本食品 標準 成分表 八訂」に基づいて算出しています。

★6月は食育月間と国が定めており、毎月19日(金)は食育の日になっています。

食べ残しをなくし、食事ができる環境に感謝をしましょう。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
基準栄養量	830	34.2	23.1
今月の栄養基準量	700	28.1	20.8

