

令和8年6月



こんだてひょう



忠岡町教育委員会
忠岡町学校給食会



1日 (月) ☆	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木) ☆	5日 (金)
ホットドッグ のむヨーグルト ビーフンスープ ▲フランクフルト (たまごぬぎ) ■キャベツ ■トマトケチャップ ▲のむヨーグルト ●ピーフン ▲ぶたにく ■にんじん ■たけのこ ■たまねぎ ■ほししいたけ ■あおねぎ	ごはん かんとうに ぎゅうにゅう ほうれんそうのソテー ●じゃがいも ■こんにやく ▲ごぼうてん ▲ちくわ (たまごぬぎ) ▲あつあげ ■だいこん ■ほうれんそう ■たまねぎ ▲ベーコン 	テーブルロール あげめんのやさいあんかけ ぎゅうにゅう キャベツのひらつくね ●あげめん ▲ぶたにく ■はくさい ■たまねぎ ■たけのこ ■ほししいたけ ■にんじん・あおねぎ ■つちしょうが ●かたくりこ ▲キャベツのひらつくね (たまごぬぎ)	ハヤシライス かいそうサラダ ぎゅうにゅう ゼリー ■たまねぎ ■じゃがいも ■にんじん ▲ぎゅうにく ■グリーンピース ハヤシライスのもと ■トマトケチャップ ▲わかめ ■コーン ■にんじん ●わふうドレッシング (たまごぬぎ) ●ひゅうがなつゼリー (たまごぬぎ)	ごはん あじつけのり ぎゅうにゅう カレイのからあげ しめじのみそしる ▲カレイのからあげ (たまごぬぎ) ▲あじつけのり ▲れいとうとうふ ■しめじ ■えのきだけ ▲わかめ ■にんじん ■たまねぎ ▲あかみそ ▲しろみそ
エネルギー 580kcal たんぱく質 19.5g	エネルギー 611kcal たんぱく質 22.8g	エネルギー 663kcal たんぱく質 22.5g	エネルギー 648kcal たんぱく質 21.0g	エネルギー 570kcal たんぱく質 26.2g
8日 (月) ☆	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)
こくとうパン ポテトサラダ ぎゅうにゅう ミネストローネ ●じゃがいも ■きゅうり ■にんじん ■たまねぎ ▲ツナ ●マヨネーズ (たまごぬぎ) ▲とりにく ■たまねぎ ■にんじん ●こめこマカロニ ■かぼちゃ ■ピーマン ●しろいんげんまめ ■トマトかん ■トマトケチャップ	ごはん ぶたキムチ ぎゅうにゅう ちゅうかスープ ▲ぶたにく ■はくさい ■キムチ ■にんじん ●こまあぶら ゆきにくのタレ ▲とりにく ■はくさい ■にんじん ■えのきだけ ■あおねぎ 	ミニパン わかめうどん ぎゅうにゅう もやしとニラのソテー ●れいとううどん ▲とりにく ▲わかめ ■にんじん ■たまねぎ ■えのきだけ ▲かまぼこ ■もやし ■ニラ ▲ベーコン 	ツナピラフ ハムステーキ ぎゅうにゅう ワンタンスープ ●アルファーカーマイ ●アルファーカーモチめ ▲ツナ ■たまねぎ ■にんじん ■コーン ▲ハムステーキ (たまごぬぎ) ●ワンタン ▲ぶたにく ■はくさい ■にんじん ■あおねぎ 	ごはん ひじきのようふうに ぎゅうにゅう ぶたじる ▲ひじき ■にんじん ■コーン ▲ベーコン ▲ぶたにく ■ささがきごぼう ●じゃがいも ■こんにやく ■にんじん ■あおねぎ ▲あかみそ ▲しろみそ
エネルギー 605kcal たんぱく質 22.6g	エネルギー 615kcal たんぱく質 22.1g	エネルギー 557kcal たんぱく質 22.3g	エネルギー 634kcal たんぱく質 26.2g	エネルギー 589kcal たんぱく質 20.7g
15日 (月) ☆	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)
あげパン ケチャップハンバーグ ぎゅうにゅう やさいスープ ●ミニパン ●さとう ▲ケチャップハンバーグ (たまごぬぎ) ■キャベツ ■たまねぎ ▲ベーコン ■にんじん ■コーン ■セロリ 	ごはん とりにくのソテー ぎゅうにゅう キャベツのみそしる ▲とりにく ■たまねぎ ■にんじん ■ニンニク ■トマトかん ■キャベツ ■たまねぎ ■にんじん ▲ぶたにく ■しめじ ■あおねぎ ▲あかみそ ▲しろみそ	テーブルロール ちゅうかそば ぎゅうにゅう だいこんサラダ ●れいとうちゅうかめん ▲ぶたにく ■はくさい ■たまねぎ ■ほししいたけ ■にんじん ■ニラ ■だいこん ■きゅうり ■にんじん ▲ツナ ●マヨネーズ (たまごぬぎ)	ごはん さけのしおやき ぎゅうにゅう にゅうめんじる ▲さけ しお ●そうめん ■たまねぎ ■にんじん ▲かまぼこ ▲とりにく ▲あぶらあげ ■あおねぎ 	むぎごはん わかめのすのもの ぎゅうにゅう いりどり ●ごはん ●おしむぎ ▲わかめ ■きゅうり ▲ハム(たまごぬぎ) ▲ちりめんじゃこ (ただおかぎょうこ) ▲とりにく ■ごぼう ■こんにやく ■たけのこ ■にんじん ▲ちくわ (たまごぬぎ)
エネルギー 604kcal たんぱく質 21.1g	エネルギー 632kcal たんぱく質 24.3g	エネルギー 660kcal たんぱく質 22.4g	エネルギー 560kcal たんぱく質 29.7g	エネルギー 652kcal たんぱく質 28.0g
22日 (月) ☆	23日 (火)	24日 (水) ☆	25日 (木)	26日 (金)
コッパパン チリコンカン イチゴジャム ぎゅうにゅう マカロニスープ ▲ぶたにく ■ニンニク ■たまねぎ ●しろいんげんまめ ■トマトケチャップ とんかつソース ●イチゴジャム ●こめこマカロニ ■たまねぎ ■はくさい ■にんじん ▲ベーコン	ごはん やさしいため ぎゅうにゅう チンゲンサイのスープ ▲ぶたにく ■キャベツ ■にんじん ■たまねぎ ■ニラ ■チンゲンサイ ▲とりにく ■にんじん ■たまねぎ ■えのきだけ	ミニパン ナポリタン ぎゅうにゅう フルーツポンチ ●スパゲティ ▲ウイナー (たまごぬぎ) ■たまねぎ ■にんじん ■ピーマン ■トマトケチャップ ■トマトピューレ ■みかんかんづめ ■ももかんづめ ■かんてんかんづめ 	ごはん さばのみそに ぎゅうにゅう さわにわん ▲さば ▲あかみそ ■つちしょうが ▲ぶたにく ▲かまぼこ ■ささがきごぼう ■にんじん ■たけのこ ■ほししいたけ ■あおねぎ	ごはん とりにくのからあげ ぎゅうにゅう もずくスープ ▲とりにく ■つちしょうが ●かたくりこ ▲もずく ▲ベーコン ■キャベツ ■にんじん ■ニラ ■ほししいたけ
エネルギー 670kcal たんぱく質 21.8g	エネルギー 608kcal たんぱく質 20.4g	エネルギー 643kcal たんぱく質 20.9g	エネルギー 569kcal たんぱく質 25.9g	エネルギー 647kcal たんぱく質 26.0g
29日 (月)	30日 (火)	<div data-bbox="892 2329 1249 2760" data-label="Complex-Block"> <p>★今月のカムカムメニュー</p> <p>19日 (金) むぎごはん わかめのすのもの いりどり</p> </div> <div data-bbox="1260 2329 1627 2760" data-label="Complex-Block"> <p>< 3色の食品群 ></p> <ul style="list-style-type: none"> ● … 熱や力のもとになる食べもの (黄色の食品) ▲ … 筋肉・血液・骨・菌をつくる食べもの (赤色の食品) ■ … 体の調子をととのえる食べもの (緑色の食品) </div> <div data-bbox="1638 2329 2026 2760" data-label="Complex-Block"> <p>6月は食育月間です!</p> <p>朝ごはんを食べよう</p> </div>		
エネルギー 545kcal たんぱく質 18.7g	エネルギー 607kcal たんぱく質 26.0g			

材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますので ご了承ください。

☆ (日付の横) … 食器のふき取りにご協力ください。