

6月分 給食献立予定表

きゅう しょく こんだて よ てい ひょう



宇都宮市立細谷小学校

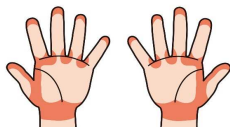
しっかりゴシゴシ手洗い，アルコールシュッシュ！食べる時以外はマスクをつけよう！

日付	こんだてめい	行事など	I和牛 (kg) タボウ(kg) ししつ (g) えんぶん (g)	おもなざいりょう					
				あかいしょくひん		みどりのしょくひん		きいろのしょくひん	
				血やにくになる		体の調子をととのえる		かや熱のもとになる	
1 (月)	わかめごはん 鶏肉のから揚げ 牛乳 きんぴら お祝いクレープ	創立 記念日	761 24.9 30.5 2.88	わかめ とり肉 ふた肉	牛乳 さつまあげ 豆乳	しょうが にんじん いちごピューレ	ごぼう だいこん	こめ でん粉 さとう	むぎ サラダ油 米粉
2 (火)	焼きそば 牛乳 けんちん汁 チーズドッグ		639 23.2 22.6 3.25	ふた肉 牛乳 花かつお	のり みそ チーズ 脱脂粉乳	キャベツ だいこん こまつな	にんじん ごぼう	中華めん こんにゃく さとう	サラダ油 さといも こむぎこ
3 (水)	ナン キーマカレー 牛乳 ミニエクレア (Ca)		698 33.2 24.7 2.68	牛肉 牛乳 卵	ふた肉 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ	ナン こむぎこ 水あめ 砂糖	サラダ油 チョコレート マーガリン でん粉
4 (木)	クリームパン 牛乳 肉だんごスープ いちごプリン		706 19.8 37 2.05	クリーム 牛乳 ふた肉	卵 とり肉	はくさい こまつな	たけのこ いちご	パン ごま油 練乳 サラダ油	さとう 水あめ グラニュー糖
5 (金)	麦入りご飯 牛乳 シューマイ 豚肉と野菜のみそいため ウエハース		655 23.8 22 1.74	牛乳 卵 脱脂粉乳	ふた肉 みそ	キャベツ にんじん ピーマン しょうが	ねぎ しいたけ たまねぎ	こめ サラダ油 でん粉 小麦粉	むぎ さとう パン粉
8 (月)	五目ちらしずし 牛乳 うしお汁 かしわ餅		620 20.1 12.3 1.76	あぶらあげ たまご 花かつお	とり肉 牛乳	たけのこ にんじん ごぼう こまつな	しいたけ かんぴょう えだまめ	こめ サラダ油 寒天 水あめ	さとう あずき 上新粉
9 (火)	ハンバーガー 牛乳 サマーシチュー 冷凍パン		686 30.3 23.6 2.84	とり肉 ふた肉 卵	牛乳	たまねぎ トマト にんにく	にんじん キャベツ パイン	パン さとう じゃがいも パン粉	こま 油
10 (水)	メキシカンライス 牛乳 ミルメーク 野菜スープ みかんゼリー		683 23 21.3 1.77	とり肉 チーズ ふた肉	バター 牛乳	たまねぎ コーン キャベツ こまつな	にんじん グリーンピース もやし	こめ みかんゼリー ココアパウダー	むぎ さとう
11 (木)	コロッケバーガー 牛乳 ミネストローネ マスカットゼリー		636 20.4 21 2.58	牛乳 大豆 牛肉	ウインナー 卵	たまねぎ トマトピューレ	にんじん	パン サラダ油 じゃがいも パン粉	小麦粉 さとう マカロニ
12 (金)	かき揚げ丼 牛乳 若竹汁 アセロラゼリー		640 18.6 18.8 3.1	えび わかめ いか	牛乳 花かつお	たけのこ アセロラ果汁 しゅんぎく	にんじん たまねぎ ごぼう	こめ サラダ油 小麦粉	むぎ さとう
15 (月)	餃子めし 牛乳 宮いちごプリン ゆばとかんぴょうのみそ汁	県民 の日	598 21.7 14.5 3.11	ふた肉 ゆば 花かつお	牛乳 みそ とうにゅう	しょうが しいたけ ねぎ	かんぴょう にんじん	こめ サラダ油 水あめ さとう	むぎ さといも 練乳
16 (火)	ピザトースト 牛乳 カレースープ シューチーズ		679 26.7 31.2 2.96	サラミ 牛乳 ウインナー 卵	チーズ ふた肉 ホイップクリーム チーズクリーム	たまねぎ マッシュルーム パセリ	ピーマン にんじん レモン果汁	パン じゃがいも 小麦粉	マカロニ サラダ油 さとう
17 (水)	まいたけごはん 牛乳 田舎汁 ミニたい焼き		616 22.1 13.6 2.17	あぶらあげ とり肉 花かつお	牛乳 とうふ みそ	まいたけ えだまめ ごぼう	にんじん かんぴょう こまつな	こめ こんにゃく じゃがいも あずき 小麦粉	むぎ さとう サラダ油 小麦粉
18 (木)	揚げパン 牛乳 ポークポトフ ラ・フランスゼリー		646 23.4 22.1 2.1	牛乳	ふた肉	にんじん キャベツ えだまめ	たまねぎ さやいんげん 洋ナシピューレ	パン さとう じゃがいも	サラダ油 グラニュー糖
19 (金)	ハヤシライス 牛乳 ミルメーク みかんクレープ		716 20.6 22.9 1.88	牛乳 バター	牛肉	たまねぎ マッシュルーム パセリ	にんじん トマト みかんシロップ みかんシロップ果汁	こめ サラダ油 さとう 豆乳 水あめ	むぎ 小麦粉 コーヒー 水あめ
22 (月)	チキンライス (枝豆入) 牛乳 ねぎと卵のスープ チーズ		586 24.2 18.1 3.22	とり肉 牛乳 チーズ	バター 卵	たまねぎ ねぎ	えだまめ ほうれんそう	こめ でん粉	むぎ
23 (火)	ツナトースト 牛乳 あさりのチャウダー レモンゼリー		686 26.9 27.7 3.35	まぐろツナ あさり ウインナー	牛乳 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん	パセリ	パン じゃがいも ゼリー	マーガリン 小麦粉
24 (水)	牛ごぼうごはん 牛乳 けんちん汁		630 23.8 17.8 2.65	牛肉 牛乳 花かつお	のり とうふ	ごぼう えだまめ	にんじん こまつな	こめ こんにゃく 純ごま油 さといも	むぎ さとう ごま サラダ油
25 (木)	フィッシュバーガー 牛乳 ポークビーンズ 豆乳プリン		678 29.3 23.2 2.39	白身魚 ふた肉 チーズ 卵	牛乳 大粒大豆	キャベツ にんじん トマトピューレ	たまねぎ グリーンピース	パン じゃがいも パン粉 水あめ	サラダ油 プリン さとう
26 (金)	キムタクごはん 牛乳 坦々春雨スープ いちごアイス		663 20.8 19 2.61	ふた肉 脱脂粉乳 バター	牛乳 クリーム 卵	にんじん たくあん ねぎ いちご果汁	しいたけ キムチ えのきたけ はくさい	こめ ごま油 はるさめ	むぎ さとう
29 (月)	野菜たっぷりカレー 牛乳 レモンタルト		712 19.6 22.1 1.78	ふた肉 牛乳	チーズ 卵	なす さやいんげん ピーマン レモン果汁	たまねぎ かぼちゃ にんにく	こめ 油	むぎ 練乳
30 (火)	ゆでスパゲティ (袋) ミートソース 牛乳 米粉ドック		715 33.6 20.3 2.02	牛肉 チーズ 卵	ふた肉 牛乳	にんじん にんにく トマト グリーンピース	たまねぎ しょうが	スパゲティ サラダ油 さとう	小麦粉 マーガリン 米粉

※ 献立内容は、材料購入の都合上変更することがありますのでご了承ください。

給食回数：22回 米飯回数：12回 米粉回数：1回 県産小麦：0回

※ 小学校中学年1人1回あたりの学校給食摂取基準・・・エネルギー640kcal，たんぱく質24g，脂質19.6g，塩分2g



てあらい
みんなでがんばろう！

