

【6月給食献立表】
食材の購入の都合により、多少変更することもあります。小学部4～6年生の栄養価を記載しています。

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	調味料など	エネルギー たんぱく質 脂質
2月	ブルコギ丼	○	牛肉	米、三温糖、ごま油	人参、玉葱、豆もやし、 ピーマン、にんにく	醤油、酒、みりん、コチュジャン、塩	668 kcal
	中華スープ				チンゲン菜、もやし、大根、人参	鶏がらだし、塩、こしょう、みりん	27.6 g
							21.0 g
3月 火	コッペパン	○	脱脂粉乳	強力粉、三温糖、ショートニング			669 kcal
	焼きそば		豚肉、かつおだし	焼きそば、なたね油	キャベツ、人参、玉葱、ピーマン	酒、塩、こしょう、ウスターソース、 濃厚ソース	30.5 g
	コーンスープ				コーンクリーム缶、とうもろこし缶	鶏がらだし、醤油、塩、こしょう	18.5 g
4月 水	ごはん	○		米			679 kcal
	鶏肉のきのこだれがけ		鶏肉、こんぶ、かつおだし	三温糖、片栗粉	ぶなしめじ、えのきたけ、 葉ねぎ、生姜	塩、酒、醤油	30.3 g
	かきたま汁		たまご、こんぶ、かつおだし	片栗粉	人参、小松菜	塩、醤油	22.8 g
	ミルメーク			ミルメークココア			
5月 木	高菜めし	○		米	高菜漬け		665 kcal
	さつまいも揚げ			糖漬けさつまいもスティック、米油			24.5 g
	太平燕		豚肉、いか	春雨、ごま油	きくらげ、小松菜、人参、ねぎ、白菜	塩、こしょう、醤油、鶏がらだし	17.8 g
	【熊本県の献立】						
6月 金	ごはんとこんぶの佃煮	○	こんぶ	米、三温糖		醤油、酒、みりん	674 kcal
	鯖のみそ煮		鯖、白みそ	中ざら糖	生姜	酒、醤油、みりん	30.0 g
	具たっぷりみそ汁		木綿豆腐、こんぶ、かつおだし、 麦みそ	じゃがいも、板こんにゃく	人参、玉葱、大根、キャベツ、葉ねぎ		21.0 g
9月	ごはん	○		米			660 kcal
	カレイの塩昆布焼き		カレイ、塩昆布				35.6 g
	ひじきのマヨサラダ		ひじき、ツナフレーク油漬	マヨネーズ	とうもろこし缶、枝豆	醤油	17.3 g
	具だくさんみそ汁		木綿豆腐、こんぶ、かつおだし、 麦みそ	じゃがいも、板こんにゃく	人参、玉葱、大根、葉ねぎ		
10月 火	黒糖パン	○	脱脂粉乳	強力粉、ショートニング、黒砂糖			671 kcal
	玄米フレークチキン		鶏肉	上新粉、玄米フレーク、マヨネーズ		酒、塩、こしょう	30.5 g
	豆もやしのナムル			ごま油	豆もやし、人参	鶏がらだし、塩、醤油	28.9 g
	カレーコンソメスープ		ベーコン	じゃがいも、オリーブ油	人参、玉葱、キャベツ	鶏がらだし、コンソメ、塩、こしょう、 カレー粉、酒、みりん、醤油	
11月 水	ハヤシライス	○	牛肉、白花豆ペースト	米、なたね油	生姜、玉葱、人参、トマトピューレ	塩、こしょう、ウスターソース、 ケチャップ、鶏がらだし、 デミグラスソース、ハヤシルウ	674 kcal
	ツナと水菜の和え物		ツナフレーク油漬	三温糖	水菜、もやし	醤油、塩	25.5 g
							22.3 g
12月 木	ごはん	○		米			656 kcal
	酢豚		豚ひれ肉	片栗粉、米油、三温糖	生姜、人参、玉葱、ピーマン、 干し椎茸、たけのこ	醤油、酒、酢、鶏がらだし、ケチャップ	31.5 g
	春雨スープ		木綿豆腐	春雨	小松菜、人参、きくらげ	醤油、鶏がらだし、塩、みりん	17.5 g
	冷凍パイン				パインコンポート		
13月 金	たいめし	○	たい、こんぶ、かつおだし	米	生姜	酒、塩、醤油、みりん	648 kcal
	筑前煮		鶏肉、こんぶ、かつおだし	なたね油、里芋、板こんにゃく、 三温糖	ごぼう、人参、蓮根、干し椎茸	醤油、塩、みりん、酒	22.9 g
	救給根菜汁【防災献立】				救給根菜汁		14.6 g

【6月給食献立表】
食材の購入の都合により、多少変更することもあります。小学部4～6年生の栄養価を記載しています。

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	調味料など	エネルギー たんぱく質 脂質
16 月	とりそぼろ丼	○	鶏ひき肉	米、三温糖、なたね油	生姜、玉葱	醤油、酒	688 kcal
	きりぼしだいこん 切干大根の煮物		大豆、油揚げ、 こんぶ、かつおだし	なたね油、三温糖	きりぼしだいこん 切干大根、人参、干し椎茸	きけ、しょうゆ 酒、醤油	31.5 g
	のっぺい汁		木綿豆腐、こんぶ、かつおだし	長いも、板こんにやく、片栗粉	だいこん 大根、人参、葉ねぎ、ぶなしめじ	しお、しょうゆ、きけ 塩、醤油、酒	21.1 g
17 火	飲むヨーグルト	○	ブルーベリージョア				652 kcal
	バーガーパン		脱脂粉乳	強力粉、三温糖、ショートニング			27.1 g
	肉じゃがコロッケ			肉じゃがコロッケ、米油		ウスターソース	18.7 g
	キャベツソテー			なたね油	キャベツ、人参、とうもろこし缶	しお 塩、こしょう、しょうゆ	
	白菜の米粉シチュー		鶏肉、白花生ペースト、豆乳	なたね油、上新粉	きくさい、たまねぎ 白菜、玉葱、人参、ブロッコリー	しお 塩、こしょう、コンソメ、鶏がらだし	
18 水	中華丼	○	豚肉	米、なたね油、片栗粉、ごま油	にんにく、きくさい、たまねぎ 人参、白菜、玉葱、たけのこ、 干し椎茸、生姜、きくらげ	しお、しょうゆ、しお 酒、醤油、塩、こしょう、 オイスターソース、鶏がらだし	630 kcal
	海藻スープ		海藻ミックス		しいたけ、人参	とり 鶏がらだし、塩、こしょう、みりん	28.7 g
	そら豆				そら豆	しお 塩	18.1 g
19 木	ごはん	○		米			612 kcal
	豚肉のオイスターソース炒め		豚肉	なたね油、三温糖、ごま油	キャベツ、玉葱、人参、きくらげ	しお、しお 酒、塩、こしょう、オイスターソース、 しょうゆ	27.4 g
	ごぼうとまいたけのスープ			ごま油、片栗粉	ごぼう、舞茸、人参、葉ねぎ、生姜	きけ、しお、とり 酒、塩、鶏がらだし、しょうゆ、みりん	17.0 g
	ふりかけ		ゆかりふりかけ				
20 金	ごはん	○		米			655 kcal
	鰯の南蛮漬け		鰯	わかめ、米、ごま、三温糖	たまねぎ 玉葱、ピーマン、赤ピーマン、 とうがらし	しお、しお 塩、こしょう、みりん、醤油、酢、 とり 鶏がらだし	32.8 g
	小松菜のみそ汁		こんぶ、かつおだし、麦みそ		小松菜、人参、ぶなしめじ、ねぎ		18.9 g
23 月	そうりつきねんび 創立記念日						
24 火	デニッシュパン	○	脱脂粉乳	強力粉、三温糖、 ソフトタイプマーガリン			623 kcal
	ハーブチキン		鶏肉		セイジ、パセリ	しお 塩、こしょう、酒	30.2 g
	れんこんサラダ			マヨネーズ、三温糖	れんこん、人参、枝豆	しょうゆ、す、しお 醤油、酢、塩	34.4 g
	もやしとチンゲン菜のスープ		木綿豆腐		チンゲン菜、もやし、人参、 とうもろこし缶	とり 鶏がらだし、塩、こしょう、みりん	
25 水	ごはん	○		米			641 kcal
	野菜炒め		鶏肉	はちみつ	ピーマン、人参、もやし、玉葱、 キャベツ、にんにく、生姜	きけ、しお 酒、塩、こしょう、醤油	25.8 g
	にゅうめん		こんぶ、かつおだし	そうめん	オクラ、大根、人参	しょうゆ、しお 醤油、塩	17.8 g
	ヨーグルト		ダノンビオ プレーン加糖				
26 木	ビーフカレー	○	牛肉、赤みそ	米、なたね油、じゃがいも	たまねぎ、人参 玉葱、人参	しお 塩、こしょう、カレールウ、カレー粉、 ウスターソース、みりん、醤油	696 kcal
	キャベツの昆布和え		塩昆布		キャベツ、人参、えのきたけ	しょうゆ 醤油、みりん	23.3 g
	そら豆				そら豆	しお 塩	22.1 g
	【給食試食会】						
27 金	ごはん	○		米			653 kcal
	鮭の塩焼き		鮭			しお、きけ 塩、酒	36.5 g
	きんぴらごぼう		鶏ひき肉	なたね油、三温糖、ごま油	人参、ごぼう、蓮根	しょうゆ、きけ 醤油、酒、みりん	17.9 g
	わかめのみそ汁		わかめ、こんぶ、かつおだし、 麦みそ		人参、ぶなしめじ、大根、ねぎ		
30 月	厚揚げキムチ丼	○	豚ひき肉、生揚げ、赤みそ	米、なたね油、三温糖、片栗粉、ごま 油	にんにく、生姜、玉葱、白菜、 白菜キムチ漬け	きけ、しお 酒、塩、こしょう、醤油、みりん、 とり 鶏がらだし、甜麺醤	700 kcal
	もずくスープ		もずく	長いも	ねぎ	とり 鶏がらだし、醤油、塩、こしょう	27.0 g
	カラフルゼリー			ダイスカットゼリー (マスカット、あまおう、巨峰、みかん)			20.8 g
	【10周年記念献立】						