

令和3年 6月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
※アレルギー詳細献立表もあわせてごらんください。



(行事や本日の給食のテーマ)

欠食等を表示します

食品	体内でのはたらき
あか	血や肉、骨をつくる
き	働く力や体温となる
みどり	体の調子を整える

カミカミ献立

西原町学校給食共同調理場
電話番号 945-4935

〈給食目標〉 よくかんで食べよう
〈栄養目標〉 歯や骨を丈夫にする食べ物を知ろう

※カミカミ献立…噛み応えのあるメニューが入っています
よく噛んで食べよう!

こんだて	<p>6月は食育月間です!</p> <p>食育は、「生きていく上での基本」と言われており、ご家庭での食育がとても大切です。家族みんなでご飯を食べたり、一緒に食事の買い物に行ったり、、、小さなことから、それぞれの家庭でできることから初めてみませんか?</p>	1(火)	2(水)	3(木)	4(金) <虫歯予防デー>	
		あか	牛乳、あつあげ、みそ、とりにく、たまご	牛乳、ぶたにく、なると、わかめ、とりにく	牛乳、もずく、とりにく、おから、サバ	牛乳、ベーコン、赤いんげん豆、だいず、ポーク、きゅうにく、ぶたにく、ぶたレバー、大豆の華、カタクチウシ
		き	こめ、さとう	めん、ごま油、さとう、ごまねりごま	こめ、さとう、サラダ油	ごはん、大麦、もちきび、丸麦、黒米、赤米、じゃがいも、さとう、サラダ油
		みどり	かぼちゃ、キャベツ、えのきだけ、長ねぎ、たまねぎ、にんじん、しめじ、しいたけ、ねぎ、グリーンピース、マコト	もやし、キャベツ、にんじん、たけのこ、長ねぎ、きゅうり、だいこん、こまつな、たまねぎ、しょうが、ねぎ、しいたけ	だいこん、えのきだけ、ねぎ、にんじん、たまねぎ、きくらげ、レモン	たまねぎ、ごぼう、にんじん、キャベツ、にんにく、パセリ、ピーマン、マッシュルーム、トマト
こんだて	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金) りんご	
		あか	牛乳、みそ、ぶたにく、大豆の華、大豆、絹厚揚げ、たまご	牛乳、脱脂粉乳、きなこ、ベーコン、だいず、ツナ、チーズ	牛乳、ぶたにく、ぶたレバー、ちきあぎ、わかめ、みそ、カエリ、ひじき、大豆、青のり	牛乳、ぶたにく、えび、あさり、いか、むきえび、うずら卵
		き	こめ、ごま、さとう、でんぷん	パン、黒糖、さとう、アーモンド、サラダ油、じゃがいも、マカロニ	こめ、サラダ油、さとう、ごま、ごま油、アーモンド、こくとう、みずあめ	こめ、こむぎこ、水あめ、ラード、さとう、でんぷん、ごま油、サラダ油
		みどり	とうがん、ごぼう、にんじん、ねぎ、しいたけ、だいこん、こまつな	たまねぎ、だいこん、にんじん、トマト、にんにく、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、しめじ	しょうが、ごぼう、にんじん、にら、とうがん、えのき、ねぎ	じゃがいも、ねぎ、しょうが、たけのこ、にら、しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、きくらげ、にんにくのめ、りんご
こんだて	14(月) <グングワチグニチ(185/5)>	15(火)	16(水)	17(木) <琉球料理の日>	18(金) <食育の日(19日)>	
		あか	牛乳、きんときまめ、りょくとう、ぶたにく、かまぼこ、ふ、たまご、ツナ	牛乳、たまご、とうふ、ぶたにく、みそ、とりにく	牛乳、ぶたにく、かまぼこ、たまご、こんぶ、いか	牛乳、さわら、とうふ、みそ、もずく、ぶたにく、レバー、大豆の華
		き	こめ、くろまい、ふ、サラダ油、むぎ、さとう、こくとう	こめ、でんぷん、サラダ油、さとう、こむぎこ、ラード	こめ、さとう、サラダ油、こむぎこ	こめ、もちきび、さとう、でんぷん、サラダ油、ペにいも
		みどり	とうがん、こんにやく、しいたけ、もやし、しょうが、にんじん、キャベツ、たまねぎ、からしな	トマト、たまねぎ、彩ゲンサイ、キャベツ、ピーマン、もやし、にんじん、長ねぎ、にんにく、しょうが、れんこん	こんにやく、しいたけ、だいこん、にんじん	こまつな、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、あお豆
こんだて	21(月)	22(火) <慰霊の日メニュー(23日)>	23(水)	24(木)	25(金) あまなつ	
		あか	牛乳、あさり、とうふ、あぶらあげ、みそ、けずりぶし、ぶたにく	牛乳、ぶたにく、わかめ	牛乳、さけ、ベーコン、かまぼこ、ぶたにく	牛乳、とりにく、とうふ、わかめ、あつあげ、ぶたにく
		き	こめ、さとう、サラダ油	こめ、むぎ、さとう、ごま油、さつまいも	めん、サラダ油、オリーブ油、マヨネーズ、パン粉、でんぷん、さとう	こめ、ごま、ごま油、でんぷん、サラダ油、でんぷん
		みどり	たまねぎ、こまつな、長ねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、きくらげ、マコト	しいたけ、にんじん、とうがん、からしな、きゅうり、キャベツ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、小松菜、大根、れんこん、きゅうり、コーン、にんにく	しいたけ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、にんにくの芽、きくらげ、にんにく、しょうが、あまなつ
こんだて	28(月)	29(火) きなこクリーム	30(水)	5月の連休明けから梅雨(つゆ)入りし、ジメジメとした日が続いています。食中毒が起きやすい季節ですので、いつも以上に衛生的な配膳作業を心がけましょう。また6月は食育月間です。朝ごはんやおやつのとり方など、自分の食生活について、振り返る時間を持ちましょう。		
		あか	牛乳、はんぺん、わかめ、こんぶ、ぶたにく、かまぼこ	牛乳、とりにく、あつあげ、みそ、ツナ、エバ		
		き	こめ、さとう、こんにやく、サラダ油、アーモンド	こめ、サラダ油、さとう、ごま、でんぷん、こむぎこ		
		みどり	だいこん、長ねぎ、みつば、にんじん、きりぼしだいこん、小松菜	たまねぎ、セロリ、にんじん、しめじ、コーン、キャベツ、きゅうり、しょうが、りんご		
あか	牛乳、脱脂粉乳、とりにく、生クリーム、白花豆、白いんげん豆	牛乳、とりにく、あつあげ、みそ、ツナ、エバ				

☆学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済ですか? 給食費の完納にご協力ください。