



日	献立名		主な食品			エネルギー	たんぱく質	
	主食	牛乳 副食	血や肉を作る (赤)	力や体温になるもの (黄)	体の調子をよくするもの (緑)			
3 (月)	学校総合体育大会(給食なし)							
4 (火)	6/4~10は 歯の健康週間です! 		学校総合体育大会(給食なし)					
5 (水)	麦ご飯 ★かみかみ佃煮	肉じゃが ごま和え	牛乳 昆布 かつお節 豚肉	米 麦 砂糖 しらたき 油 じゃが芋 すりごま	玉ねぎ 人参 いんげん 小松菜 キャベツ もやし	738	27.1	
6 (木)	★豆入り ストロガノフ (ターメリックライス)	チーズエッグ コールスローサラダ	牛乳 豚肉 大豆 生クリーム 卵 チーズ	米 バター 油 小麦粉 砂糖	にんにく 人参 エリンギ 玉ねぎ トマト キャベツ きゅうり	859	31.3	
7 (金)	麦ご飯	海鮮豆腐 ★ナムル 果物(冷凍みかん)	牛乳 豚肉 豆腐 えび いか	米 麦 油 砂糖 ごま油 でん粉 ごま	たけのこ 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく 長ねぎ たら 小松菜 もやし 果物	762	35.2	
10 (月)	ブルーベリー コッペ	★県産大豆のポークビーンズ ★ひじきのマリネ	牛乳 豚肉 ベーコン 大豆 チーズ ひじき	コッペパン バター じゃが芋 油 砂糖	ブルーベリーソース 玉ねぎ 人参 にんにく トマト きゅうり とうもろこし もやし	833	32.3	
11 (火)	そばろ井 (麦ご飯)	★沢煮椀 ゆかり和え 手作り水ようかん	牛乳 鶏肉 卵 豚肉 生揚げ 小豆	米 麦 砂糖 油 こんにゃく でん粉	人参 玉ねぎ しょうが 枝豆 ごぼう 大根 長ねぎ キャベツ きゅうり 寒天	842	38.6	
12 (水)	★梅じゃこ ご飯	★ししゃも狭山茶フライ(2本) かき玉汁 おひたし	牛乳 ちりめんじゃこ ししゃも わかめ 豆腐 卵	米 ごま 小麦粉 でん粉 油 砂糖	梅干し 茶葉 長ねぎ えのき茸 小松菜 もやし	750	27.8	
13 (木)	野菜たっぷり ドライカレー (ご飯)	★ピプリオ給食 ★海藻サラダ 季節の手作りゼリー(メロン)	牛乳 豚肉 ひよこ豆 海藻ミックス	米 油 小麦粉 バター ごま油 砂糖 ごま	なす 玉ねぎ しょうが にんにく 人参 トマト ピーマン ほうれん草 しいたけ もやし 小松菜 とうもろこし メロン	784	27.2	
14 (金)	五目うどん (地粉うどん)	芋とカシューナッツのバターしょうゆ風味 辛子和え	牛乳 鶏肉 わかめ 油揚げ なた	地粉うどん じゃが芋 カシューナッツ 油 バター 砂糖	人参 しめじ 長ねぎ キャベツ もやし 小松菜	803	26.4	
17 (月)	麦ご飯 のりの佃煮	五目豆腐 土佐酢和え	牛乳 のり 豚肉 焼ちくわ 豆腐 みそ かつお節	米 麦 砂糖 油 ごま油	たけのこ 人参 長ねぎ しょうが キャベツ 小松菜 もやし	738	31.8	
18 (火)	アメリカの料理 ジャンバラヤ	フライドチキン(2個) コーンチャウダー	牛乳 えび あさり ウインナー 鶏肉 ベーコン	米 麦 バター 油 でん粉 じゃが芋 小麦粉	人参 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン にんにく トマト とうもろこし キャベツ	849	33.7	
19 (水)	香川県の郷土料理 肉もっそ	鰯の梅風味焼き うちこみ汁 ★磯香和え	牛乳 豚肉 豆腐 鰯 鶏肉 油揚げ みそ 刻みのり	米 こんにゃく 砂糖 油 うどん じゃが芋	人参 えのき茸 ごぼう 枝豆 梅干し 大根 干し椎茸 小ねぎ 小松菜 もやし	726	38.4	
20 (木)	麦ご飯 ごま塩	生揚げとじゃが芋のカレー煮 和風サラダ	牛乳 生揚げ 豚肉 わかめ みそ	米 麦 ごま 砂糖 じゃが芋 油 小麦粉	玉ねぎ 人参 いんげん しょうが キャベツ きゅうり	808	29.5	
21 (金)	セルフフィッシュ サンド (コッペパン)	メルルーサのバーベキューソースかけ スコッチブロス ★梅ココパンチ	牛乳 メルルーサ 鶏肉 白いんげん豆	コッペパン でん粉 砂糖 ごま油 油 押麦 こんにゃく ナタデココ みかんゼリー バイン缶 りんご缶 黄桃缶 梅シロップ	トマト にんにく セロリ 玉ねぎ 人参 キャベツ マッシュルーム	780	32.3	
25 (火)	親子丼 (麦ご飯)	★フラワーチップス ★なめ茸和え	牛乳 鶏肉 卵	米 麦 砂糖 でん粉 さつま芋 油 はちみつ	玉ねぎ グリンピース たけのこ 人参 小松菜 キャベツ もやし えのき茸	789	28.3	
26 (水)	麦ご飯	★鯖の甘辛焼き ★豚汁 きゅうりとたくあんの和え物	牛乳 鯖 豚肉 豆腐 みそ	米 麦 砂糖 ごま油 油 こんにゃく じゃが芋 ごま	しょうが にんにく 長ねぎ 大根 人参 たくあん漬け きゅうり	794	28.7	
27 (木)	麦ご飯	じゃが麻婆 ★荳わかめのチヨナムル ★ヨーグルト	牛乳 豚肉 ひよこ豆 みそ 荳わかめ ヨーグルト	米 麦 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 でん粉 ごま	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 たけのこ 干し椎茸 長ねぎ 枝豆 小松菜 えのき茸	811	28.9	
28 (金)	豆腐ラーメン (ホット中華麺)	★きびなごごまフライ(3本) ★わかめサラダ	牛乳 豚肉 豆腐 なた きびなご わかめ	ホット中華麺 砂糖 ごま油 でん粉 小麦粉 ごま	人参 長ねぎ しょうが たけのこ 干し椎茸 小松菜 もやし きゅうり	765	32.9	

★歯や歯肉にいい料理 噛みごたえのある料理・カルシウムを多く含む食材材料を使った料理

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

○毎年6月は食育月間、そして彩の国ふるさと学校給食月間です。地元の特産物を使った料理や郷土料理を通して、ふるさとへの理解を深めようとする取り組みです。食に関わる全てのまごころに感謝して、いただきます。

○6月22日(土)に文化祭でピプリオバトルが開催されます。そこで今月は、図書広報委員会とのコラボ企画「ピプリオ給食」を13日(木)に実施します。献立は、本屋大賞受賞のあの作品からの登場です!
(ピプリオ=本)

○ラグビーワールドカップ2019出場国の料理・今月はアメリカです。

	1年	2年	3年
今月の給食回数	16	17	17
累計給食回数	48	49	49

