

令和6年 6月分 学校給食献立予定表

藤沢東小学校

献立名				主な材料名			エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg)
日曜日	主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	
3月	黒糖イギリス食パン	ポークチャップ コーンスープ 海草サラダ		こくとうしよくパン なたねあがら こむぎこ さとう	きゅうにゅう ぶたにく ベーコン サワークリーム わかめ	たまねぎ きゃべつ マッシュルーム コーン きゅうり にんじん ホールトマト にんにく	616 29.6 325
4火	新生姜の炊き込みごはん	とり天 みそ汁		せいはいくまい じゃがいも なたねあがら こむぎこ べいりゅうばく こむぎこ こめこ さとう しろこま	きゅうにゅう とりにく あぶらあげ あかみそ しろみそ わかめ	しらたき こまつな たまねぎ えのきたけ にんじん しんしょうが	602 23.6 332
5水	カレーライス	フレンチサラダ		ごはん じゃがいも こむぎこ パター なたねあがら さとう	きゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ きゃべつ にんじん ホールコーン きゅうり ねしろうが にんにく	640 21.6 275
6木	【カミカミ献立】 大豆入りひじきごはん	きびなごのから揚げ 汁煮 味噌汁		せいはいくまい でんぶ なたねあがら さとう べいりゅうばく こめこ	きゅうにゅう きびなご とりにく ぶたにく あかみそ しろみそ だいず あぶらあげ ひじき	ながねぎ えのきたけ こまつな ごぼう にんじん こんにやく	592 26.1 332
7金	【わんぱく相撲応援献立】 塩ちゃんこラーメン	ちくわのチーズ磯辺揚げ きゅうりのラー油漬け		ホットラーメン なたねあがら こむぎこ さとう こまあがら	きゅうにゅう あおさ やきちくわ とりにく チーズ あぶらあげ	きゅうり きゃべつ にんじん ちんげんさい ほししいたけ にんにく ねしろうが ながねぎ	616 26.6 320
10月	ポークハヤシライス	切り干し大根のハリハリ漬け		ごはん こむぎこ パター なたねあがら さとう しろこま	きゅうにゅう ぶたにく なまクリーム	たまねぎ きゅうり にんじん マッシュルーム きりぼしだいこん セロリ にんにく	630 24.8 299
11火	ごはん	新じゃがのそぼろ煮 お茶入りふりかけ 小松菜の香味和え		ごはん じゃがいも さとう なたねあがら しろこま こまつな しょうが お茶入りふりかけ 小松菜の香味和え	きゅうにゅう ぶたにく さつまあげ はなかつお ちりめんじゃこ	たまねぎ こまつな にんじん こんにやく もやし さやいんげん ながねぎ せんちゃ にんにく	600 25.2 389
12水	なす南蛮うどん	ポテト春巻き おひたし		じこなうどん でんぶ じゃがいも なたねあがら はるまきのかわ	きゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	ほうれんそう たまねぎ なす ながねぎ えのきたけ にんじん	619 24.9 295
13木	チキンクリームライス	ジュリエンスープ		せいはいくまい パター べいりゅうばく こめこ なたねあがら	きゅうにゅう とりにく カナディアンベーコン ベーコン なまクリーム	たまねぎ きゃべつ にんじん ズッキーニ マッシュルーム パセリ	606 25.2 317
14金	梅ごはん (ちりめん)	鰻の唐揚げ 冬瓜のそぼろ汁		せいはいくまい こめこ なたねあがら しろうこま べいりゅうばく でんぶ	きゅうにゅう あじ とりにく ちりめんじゃこ	とうがん ながねぎ にんじん うめぼし ねしろうが	602 28.2 369
17月	ごはん	チキンごぼう キャベツの梅和え みそ汁		ごはん でんぶ なたねあがら さとう	きゅうにゅう とりにく しろみそ あかみそ こおりどうふ	きゃべつ ごぼう たまねぎ にんじん きゅうり こまつな かんぴょう うめぼし	643 24.3 323
18火	五目あんかけ そば	フルーツ黒糖寒天		おしちゅうかめん さとう くろざとう こまあがら でんぶ なたねあがら	きゅうにゅう うずらたまご ぶたにく	パイナップル たまねぎ あかかん おうとうかん もやし たけのこ ちんげんさい ねしろうが ほししいたけ にんにく こなかんてん にんじん	616 23.4 289
19水	ドライ カレーサンド	アスパラのクリーム煮		カレーふうみパン オリーブオイル こむぎこ バター なたねあがら	きゅうにゅう ぶたにく とりにく ベーコン なまクリーム	たまねぎ グリーンアスパラガス にんじん マッシュルーム ホールトマト にんにく ねしろうが	600 27.7 335
20木	回鍋肉丼	青菜と春雨のスープ きゅうりのナムル		ごはん はるさめ さとう なたねあがら しろうこま でんぶ こまあがら	きゅうにゅう ぶたにく とりにく あかみそ	きゃべつ もやし きゅうり ちんげんさい ピーマン にんじん ながねぎ にんにく	629 25.2 304
21金	みそそば ごはん	セロリとこんにやくのピリ辛煮 すまし汁		ごはん さとう なたねあがら	きゅうにゅう ぶたにく とりにく かまぼこ あかみそ こおりどうふ わかめ	こんにやく たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ セロリ	599 28.1 314
24月	ごはん	ナスと豚肉のコチジャン炒め しっとりふりかけ 塩味ナムル		ごはん なたねあがら さとう しろうこま こまあがら	きゅうにゅう ぶたにく ちりめんじゃこ はなかつお	なす もやし たまねぎ こまつな さやいんげん にんじん にんにく ねしろうが	612 24.9 343
25火	黒ごま きな粉パン	鶏肉と野菜の煮込み ウインナーとコーンのソテー		じゃがいも コッパパン なたねあがら さとう くろこま	きゅうにゅう とりにく ウインナー きなこ	きゃべつ たまねぎ にんじん コーン スズキーニ マッシュルーム	667 27.3 314
26水	ごはん	かつおの黒潮ソースがらめ もずく汁 キャベツといんげんのごま和え		ごはん でんぶ なたねあがら しろうこま くろざとう さとう	きゅうにゅう かつお かまぼこ もずく	きゃべつ たまねぎ さやいんげん にんじん えのきたけ みつば うめぼし	600 25.2 286
27木	豚肉とごぼうの みそうどん	マーラーカオ 磯の香和え		じこなうどん こめこ しろこま なたねあがら くろざとう こまあがら バター	きゅうにゅう ぶたにく たまご あかみそ しろみそ あぶらあげ きざみのり	ほうれんそう ごぼう ながねぎ えのきたけ さやえんどう ほしびどう にんじん ほししいたけ ねしろうが	661 26.1 387
28金	ジャンバラヤ	レタス入り野菜スープ ヨーグルト		せいはいくまい じゃがいも べいりゅうばく パター シェルフマカロニ なたねあがら オリーブゆ	きゅうにゅう チョリソー ヨーグルト とりにく カナディアンベーコン ベーコン	たまねぎ トマト レタス にんじん あかピーマン ピーマン セロリ にんにく	623 26.9 346
給食回数				《20回》			619
				平均栄養量			25.3
							325

※都合により献立を変更することがあります。

◎給食費の引き落としについて(お願い)

6月分は **6月6日(木)** に引き落としをさせていただきます。(2回目 6月17日)
日頃より、学校給食の運営にご協力いただき、ありがとうございます。
さて、5月の引き落としについて、残高不足による引き落とし不可の件数が数十件となり、
通知文書の作成にかなりの時間を要しました。お忙しいところ恐れ入りますが、1回目の
引き落としがスムーズに完了できますよう、ご協力をお願いいたします。

6月7日(金)のきゅうしよく
は、わんぱくずもうおうえん
こんだてです。さんかするひ
とたちは、6月9日(日)のし
あい、ちからをだしきれる
ようがんばってね!

