



6月分学校給食献立表

令和5年度

岩国市立愛宕小学校

曜日	献立名	あかの食品 (おちにかからだまつくる)	おちなさいりょう きいろの食品 (おちにもエキルビーのものになる)	みどりの食品 (おちにかからだのちよしをどとのえる)	栄養価 kcal	健康でおいしい食品 たんぱく質g
1 木	こくろパブ ポークビーンズ カラフルサラダ きゅうにゆう	だいず ぶたにく チキンムム きゅうにゆう	パブ<ささき> じゃがいも あぶら ささき あぶら ささき	たまねぎ にんじん パセリ とうもろこし キヤベツ きゅうり	618	魚介類 果物
2 金	チンジャオロース ビーフごもくじる きゅうにゆう	きゅうにく あかみそ ぶたにく きゅうにゆう	かたくりこ ささき ビーフン	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ ビーフン にんじん たまねぎ もやし キヤベツ たまねぎ ほうしんたいけ きくらげ	585	豆・豆製品 雑菜類
5 月	たまねぎのちゆうかに りやんぼん きゅうにゆう	たまねぎとじにく かつたまご オースローソース ローズマ きゅうにゆう	こめ ささき あぶら かたくりこ こまあぶら はるさめ ささき こまあぶら	たまねぎ にんじん ほうしんたいけ グリンピース しょうが きゅうり キヤベツ にんじん	666	海藻類 魚介類
6 火	あじのシメジよけゆ かみかみサラダ カルちゃんズ きゅうにゆう	あじ ちりめし しょうが ベーコン きゅうにゆう	かたくりこ あぶら ささき ノンエググマーズ じゃがいも	しめじあじゆき きゅうり キヤベツ にんじん たまねぎ こまつな	610	肉類 緑黄色野菜
7 水	ひじきわかめごはん きつねうどん うめかつお煮え きゅうにゆう ハチマ	ひじき わかめ あぶらあじ とじにく かまぼこ かつおぶし きゅうにゆう	こめ ささき こま うどん ささき ささき	はくさい たまねぎ にんじん たまねぎ ほうしんたいけ キヤベツ もやし かりゆめ パセリ	602	いも類 きのこ類
8 木	たてわりパブ チリコンカツ ジュリアンズ きゅうにゆう ヨーグルト	たてわり チリコンカツ ジュリアンズ きゅうにゆう ヨーグルト	パブ ささき ささき	にんにく たまねぎ にんじん ビーフン マッシュルーム にんじん たまねぎ キヤベツ もやし しょうが セロリ にんじん たまねぎ きくらげ ほうしんたいけ ほうしんたいけ	603	卵 雑菜類
9 金	わふうチヂミカシューライス (ごはん わふうチヂミカシュー) はるさめアーズ きゅうにゆう チーズ	わふうチヂミ ちりめん かたくりこ あかみり とじにく きゅうにゆう チーズ	こめ お好み焼き ささき あぶら はるさめ あぶら	にんじん たまねぎ きくらげ ほうしんたいけ もやし にんじん ほうしんたいけ ほうしんたいけ	612	豆・豆製品 果物
地域産産物期間(6/12~6/16)						
12 月	ごはん ぶらぶらまっとう ほうれんそうのいせあえ にんじん きゅうにゆう	なつとろ のり ぶたにく とろろ きゅうにゆう	こめ ささき かたくりこ ささき	ほうれんそう にんじん たまねぎ にんじん ほうしんたいけ ほうしんたいけ	590	いも類 魚介類
13 火	セルフレハンバーガー(よこおれまるパブ) ハンバーグのチキヤツパに ほうしんキヤベツ) トマトたまごのアーズ きゅうにゆう	セルフレハンバーガー ハンバーグ たまご トろろ とじにく きゅうにゆう	パブ ささき こまあぶら かたくりこ	キヤベツ トマト たまねぎ しょうが きくらげ	611	野菜 果物
14 水	レノコダのかりかりライス ゆずきちあえ とろろじる きゅうにゆう	レノコダのかりかりライス とろろ あぶらあじ きゅうにゆう	こめ あぶら こま ささき じゃがいも	こまつな キヤベツ ほうしんたいけ たまねぎ にんじん ほうしんたいけ ほうれんそう たまねぎ	637	乳・乳製品 海藻類
15 木	コッパベツ ぶたにくのトマトに ひじきとツナのサラダ きゅうにゆう けんさんかかんせりー	ぶたにく ひじき ツナ きゅうにゆう	パブ じゃがいも ささき あぶら ノンエググマーズ	たまねぎ にんじん こまつな パセリ ずりりんご きゅうり キヤベツ	591	卵 きのこ類
16 金	きぬがせごはん (ごはん きぬがせごんの(4)) ほうれんそうのしらあえ きゅうにゆう	たまご とじにく あぶらあじ とろろ きゅうにゆう	こめ ささき ささき	たまねぎ にんじん たまねぎ ほうれんそう にんじん	663	魚介類 野菜
19 月	ごはん いわしのしょうがに きんぴらごぼろ すまじる きゅうにゆう	いわしのしょうがに ぶたにく とろろ さつまあじ きゅうにゆう	こめ あぶら ささき	にんじん ごぼう さやいんげん たまねぎ にんじん えのきたけ こまつな	623	果物 いも類
20 火	コッパベツ マッシュルーム とろろにんじん いんげんのソテー きゅうにゆう	コッパベツ とろろにんじん ベーコン きゅうにゆう	コッパベツ マッシュルーム かたくりこ じゃがいも あぶら	たまねぎ しょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう さやいんげん にんじん とうもろこし	604	魚介類 雑菜類
21 水	ごはん チキンチキンごぼろ たまねぎのあえ きゅうにゆう	とじにく あぶらあじ ほうろく きゅうにゆう	こめ かたくりこ あぶら ささき じゃがいも	こぼろ えだまめ にんじん たまねぎ えのきたけ ほうれんそう たまねぎ	617	卵 雑菜類
22 木	コッパベツ エビとマカロニのグリーアに ベーコンとやさいのソテー きゅうにゆう	エビ とじにく しょうが ベーコン きゅうにゆう	パブ マカロニ じゃがいも ほうろく たまねぎ	たまねぎ にんじん グリンピース しょうが キヤベツ もやし とうもろこし	611	海藻類 緑黄色野菜
23 金	ハチマチライス (ごはん ハチマチライス) クルーッとミツグア きゅうにゆう	ハチマチライス とじにく しょうが きゅうにゆう	こめ あぶら	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ほうしんたいけ パセリゆめ おろしほうしんたいけ ほうしんたいけ	614	雑菜類 魚介類
26 月	ごはん ちりめんアーズ きゅうにゆう せいじやパブ	ぶたにく ミートボール ベーコン とろろ きゅうにゆう	こめ こま こまあぶら	はくさい キヤベツ たまねぎ にんじん とうもろこし たまねぎ にんじん きくらげ チョウチンサイ ほうしんたいけ	602	いも類 小魚類
27 火	コッパベツ ミソ汁とさかあがりライス ライチアーズ きゅうにゆう オレシ	コッパベツ ミソ汁とさかあがりライス ライチアーズ きゅうにゆう	あぶら じゃがいも	たまねぎ たまねぎ にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん ほうれんそう	600	豆・豆製品 野菜
28 水	ごはん じゃがいものそぼろに やさいのごま茶-不あえ きゅうにゆう	ぶたにく ほうろく チキンムム きゅうにゆう	こめ しらす じゃがいも あぶら ささき かたくりこ こま ノンエググマーズ ささき	しょうが たまねぎ にんじん さやいんげん キヤベツ きゅうり	615	魚介類 きのこ類
29 木	シュークリームライス ツチヤツダ きゅうにゆう	シュークリームライス ツチヤツダ きゅうにゆう	パブ ささき ささき	にんじん たまねぎ しょうが えだまめ にんにく キヤベツ ほうれんそう にんじん	666	卵 野菜
30 金	ごはん なすのまーぼーアーズ もやしとちゆうかあえ きゅうにゆう	ぶたにく とろろ だいず あかみそ ささき きゅうにゆう	こめ こまあぶら ささき かたくりこ ささき こまあぶら こま	たまねぎ にんじん なす ほうしんたいけ とうもろこし にんにく もやし こまつな にんじん	611	魚介類 果物