令和7年度 ⑥月 こんだてひょう 置戸町学校給食セン

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	ｴﾈﾙｷﾞｰ
2 月	ごはん			米 大麦	小 573 kcal
	鶏肉とじゃがいものマスタード炒め	鶏肉	生姜 にんにく さやいんげん	米油 じゃがいも	
	大根とコーンのサラダ		大根 コーン	オリーブ油	高 579 kcal
	えび団子のすまし汁	はんぺん えび 卵	チンゲン菜	でんぷん	
3 火	ごはん			米 大麦	小 544 kcal
	厚揚げのそぼろ炒め	厚揚げ 鶏ひき肉	しらたき 人参 玉葱	でんぷん 米油	中 667 kcal
	ほうれん草のおひたし	鰹節	もやし ほうれん草		高 541 kcal
	アスパラのみそ汁	味噌	アスパラ 椎茸		
4 水	とんこつラーメン	豚肉 つと	味付きメンマ 白菜 キャベツ	ラーメン 米油	小 573 kcal
	ごぼうとハムのサラダ	ハム	ごぼう きゅうり	ごま	中 719 kcal
	みたらし団子			冷凍白玉 でんぷん	高 593 kcal
5 木	ごはん			米 大麦	小 546 kcal
	鶏肉とたけのこの甘辛炒め	鶏肉	筍 パプリカ 大根	米油	中 668 kcal
	もやしのなめ茸和え		もやし 人参 なめ茸		高 542 kcal
	じゃがたま汁	味噌	玉葱	じゃがいも	
6 金	えだまめピラフ	ウインナー	枝豆 玉葱 コーン	米 大麦 バター	小 596 kcal
	切干大根のごま和え		水菜 切干大根	ごま	中 745 kcal
	白菜スープ		白菜 しめじ		高 646 kcal
	ジョアストロベリー	ジョアストロベリー			
9 月	ごはん			米 大麦	
	お好み焼き風オムレツ	卵 豚肉 焼き竹輪 青のり 鰹節	キャベツ 紅生姜	米油 天かす	中 816 kcal
	ふきと鶏肉の炒め煮	鶏ひき肉	ふき ごぼう さやいんげん 唐辛子	ごま油	高 690 kcal
	根菜汁	味噌	大根 里芋 人参		
10 火	ごはん			米 大麦	小 585 kcal
	鯖の梅肉ソースがけ	鯖	練り梅		中 711 kcal
	もやしと茎わかめのサラダ	茎わかめ	人参 もやし	ごま油 ごま	高 585 kcal
	チンゲン菜と春雨のスープ		チンゲン菜	春雨	
11 水	スパゲティナポリタン	ウインナー	玉葱 マッシュルーム ピーマン にんにく 生姜 トマトピューレ	スパゲティ オリーブ油	小 632 kcal
	白菜とツナのサラダ	ツナ 焼きのり	白菜		中 780 kcal
	ごまおから蒸しパン	脱脂粉乳 牛乳 おから		蒸しパンミックス ごま	高 654 kcal
12 木	ごはん			米 大麦	小 608 kcal
	ニラ玉豆腐炒め	豆腐 卵	にら もやし	米油	中 753 kcal
	ブロッコリーとじゃがいものおかか和え	鰹節	ブロッコリー	じゃがいも	高 627 kcal
	切干大根のみそ汁	味噌 油揚げ	切干大根		
13 金	バターパン			バターパン	小 653 kcal
	鶏肉のクリームコーングラタン	鶏肉 牛乳 シュレッドチーズ	玉葱 クリームコーン コーン パセリ	マカロニ 小麦粉 バター パン粉	中 811 kcal
	レタスのコンソメスープ		人参 しめじ レタス		高 811 kcal
	白桃の缶詰		白桃		
16 月	ごはん			米 大麦	小 569 kcal
	いかとじゃがいものソティ	いか	チンゲン菜 にんにく	じゃがいも 米油	中 701 kcal
	大根とかまぼこのサラダ	かまぼこ	大根 小松菜		高 575 kcal
	エリンギと厚揚げのみそ汁	厚揚げ 味噌	エリンギ		
17 火	ごはん			米 大麦	小 605 kcal
	酢豚	豚肉	生姜 人参 玉葱 筍 ピーマン 乾燥椎茸	でんぷん 米油	中 747 kcal
	白菜の梅和え		白菜 さやいんげん 練り梅		高 621 kcal
	わかめスープ	わかめ 豆腐		でんぷん	
18 水	きつねもちうどん	つと 鶏肉	長葱 乾燥椎茸	うどん きつねもち	小 507 kcal
	大根とチーズのサラダ	ダイスチーズ	大根 きゅうり	ごま油	中 596 kcal
					高 470 kcal
19 木	ごはん			米 大麦	小 590 kcal
	ひじきの炒り卵	ひじき 卵 高野豆腐	ほうれん草 玉葱	米油	中 723 kcal
	もやしのさっぱりしょうが和え		もやし 水菜 生姜	ごま	高 597 kcal
	塩豚汁	豚肉	つきこん 長葱 人参 生姜	じゃがいも 米油	
20 金	篠原牛ハヤシライス	篠原牛	玉葱 人参 生姜 にんにく りんご セロリ トマトピューレ	米 大麦 バター 米油	小 778 kcal
	マカロニサラダ	ハム	きゅうり	マカロニ	中 965 kcal
	元気ヨーグルト	元気ヨーグルト			高 839 kcal
23 月	ごはん			米 大麦	小 627 kcal
	照り焼きつくね	鶏ひき肉 豚ひき肉 豆腐 おから 卵	大葉 生姜	パン粉 米油 でんぷん	中 776 kcal
	大根の甘酢和え		大根 小松菜		高 650 kcal
	しいたけのすまし汁	油揚げ	椎茸		
24 火	ごはん			米 大麦	小 564 kcal
	鰆の幽庵焼き	鰆	ゆず果汁		中 683 kcal
	白菜と竹輪のサラダ	焼き竹輪	白菜	ごま	高 557 kcal
	えのきとじゃがいものみそ汁	味噌	えのき	じゃがいも	
25 水	あんかけ焼きそば	豚肉	筍 にら 人参 玉葱	焼きそば麺 米油 でんぷん	小 627 kcal
	揚げ餃子	餃子		米油	中 809 kcal
	バンバンジー	鶏肉	もやし きゅうり コーン	ごま油	高 683 kcal
26 木	スタミナ納豆丼	ひきわり納豆 鶏ひき肉 豚ひき肉 鰹節	生姜 にんにく ほうれん草	米 大麦 米油	小 640 kcal
	キャベツのごま和え		キャベツ 小松菜	ごま	中 791 kcal
	豆腐のスープ	豆腐 刻み昆布	大根		高 665 kcal
27 金	ツナマヨトースト	ツナ シュレッドチーズ	玉葱	トースト	小 694 kcal
	フライドポテト		パセリ	じゃがいも 米油	中 865 kcal
	もやしといんげんのスープ	ベーコン	もやし さやいんげん	米油	高 739 kcal
30 月	ごはん			米 大麦	小 556 kcal
	鶏肉とキャベツのオイスターソース炒め	鶏肉	キャベツ しめじ	ごま でんぷん ごま油	中 682 kcal
	白菜のしらす和え	しらす干し	白菜		
	高野豆腐のみそ汁	高野豆腐 味噌	小松菜 えのき		