

6月 小学校献立表

第707号
山形市学校給食献立作成委員会
山形市学校給食センター TEL644-4325

| 実施日 | 献立名 | おまなさい材料とその働き | | | 栄養量 | | | | 今月の献立より |
|-----|---|----------------|----------------|----------------|--------|-------|------|-----|---|
| | | おまなさい材料 | おまなさい材料 | おまなさい材料 | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 水分 | |
| A2 | | おまなさい材料 | おまなさい材料 | おまなさい材料 | (kcal) | (g) | (g) | (g) | 今月の献立より |
| 1月 | ごはん ぎゅうにゅう さわいわん メンチカツ わらびのもの | ごはん 油 | 牛乳 とり肉 かまぼこ | 大根 にんじん たけのこ | 646 | 21.1 | 20.2 | 2.6 | <p>ワールドカップ献立 オランダ編</p> <p>アメリカ、カナダ、メキシコの3国で共同開催されるサッカーワールドカップ北中米大会が開幕します。日本がオランダと初戦を迎えることにちなんで、オランダの料理が給食に登場します。トマトンスープはオランダの家庭料理で、肉団子入りのトマトスープです。ケベリングはオランダ名物の白身魚フライです。また、いちごジャムのいちごは江戸時代末期にオランダから日本に伝わりました。みんなでワールドカップ献立を食べて、選手を応援しましょう。</p>  |
| 4月 | ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそじる いわしうめにごおりとうふのもの | ごはん じゃがいも | 牛乳 油揚げ わかめ みそ | ねぎ ごぼう にんじん | 597 | 25.6 | 14.4 | 2.6 | |
| 5月 | ごはん ぎゅうにゅう ★ポークカレー どうぶシューマイ わかめサラダドレッシングあえ | ごはん じゃがいも 油 | 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 チーズ | グリーンピース にんじん | 672 | 20.9 | 20.0 | 2.6 | |
| 8月 | ごはん ぎゅうにゅう かふうスープ はるまき きりぼしだいごんのごますあえ かりかけ(おさかな) | ごはん マロニー ごま油 | 牛乳 とり肉 豆腐 わかめ | チンゲンサイ にんじん ねぎ | 695 | 18.1 | 18.6 | 2.4 | |
| 9月 | ごはん ぎゅうにゅう もやしのみそじる あじおこうじづけやき ごもくまめ | ごはん ふ | 牛乳 みそ あじ 大豆 昆布 | もやし ねぎ ごぼう | 570 | 26.7 | 13.3 | 2.1 | |
| 10月 | ごはん ぎゅうにゅう にらたまじる ぎょうざ ★マーボーなす | ごはん でんぶん ごま油 | 牛乳 豆腐 卵 ぎょうざ | にら にんじん しょうが | 583 | 22.1 | 16.2 | 2.3 | |
| 11月 | <ワールドカップ献立 オランダへん> こめしよくパン ぎゅうにゅう トマトンスープ ケベリング やさいサラダドレッシングあえ いちごジャム | ごめ粉食パン | 牛乳 とり肉団子 ホキ | にんじん 玉ねぎ トマト | 654 | 23.3 | 23.0 | 3.2 | |
| 12月 | <橋山小リクエストメニュー> ごはん ぎゅうにゅう とんじる さほみそにはるさめサラダ クレープ(チョコ) | ごはん こんにゃく | 牛乳 豚肉 豆腐 | にんじん ごぼう ねぎ | 726 | 27.9 | 22.7 | 2.6 | |
| 15月 | ごはん ぎゅうにゅう とりごぼしじる あつやきたまご ひじきのいために | ごはん こんにゃく | 牛乳 とり肉 油揚げ 卵 | にんじん ごぼう キャベツ | 580 | 20.9 | 15.9 | 2.5 | |
| 16月 | ごはん ぎゅうにゅう なまあげのみそじる とりてりやき やさいのしおこんがあえ | ごはん ごま油 | 牛乳 生揚げ 豚肉 みそ | えのきたけ ねぎ キャベツ | 608 | 27.9 | 19.2 | 2.1 | |
| 17月 | ごはん ぎゅうにゅう すましじる さわらさいきょうやき カレーさんびら さくらんぼ(3こ) | ごはん 油 さとう | 牛乳 とり肉 かまぼこ 豆腐 | にんじん みつば えのきたけ | 608 | 26.7 | 16.8 | 1.8 | |
| 18月 | ごはん ぎゅうにゅう ★ハヤシチュー ほうれんそうオムレツ ゆでブロッコリー ごまドレッシング | ごはん じゃがいも 油 | 牛乳 牛肉 オムレツ | グリーンピース トマト | 669 | 20.8 | 22.7 | 2.1 | |
| 19月 | ごはん ぎゅうにゅう わかめいりとうふスープ いかメンチソースかけ ナムル | ごはん ごま油 でんぶん 油 | 牛乳 とり肉 豆腐 わかめ | にんじん ねぎ もやし | 599 | 20.4 | 17.4 | 2.2 | |
| 22月 | ごはん ぎゅうにゅう みそけんちんじる とうふハンバーグ やさいのいそがあえ | ごはん さとう でんぶん | 牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ | 大根葉 小松菜 大根 | 616 | 23.5 | 20.7 | 2.3 | |
| 23月 | ごはん ぎゅうにゅう しょうないのみそじる ししゃもフライ(1び) さつぱりにくじやが | ごはん ふ 油 じゃがいも | 牛乳 豆腐 みそ ししゃも | しめじ ねぎ にんじん | 629 | 24.3 | 17.4 | 2.0 | |
| 24月 | ごはん ぎゅうにゅう たまねぎのみそじる にくだんご(2こ) すきこんぶのもの | ごはん こんにゃく | 牛乳 油揚げ わかめ みそ | にんじん しょうが | 597 | 19.8 | 17.5 | 3.0 | |
| 25月 | <ワールドカップ献立 アメリカへん> しさんこむぎコッペパン ぎゅうにゅう ★コーンチャウダー しるごまフランク ポークピーンズ | 市産小麦コッペパン | 牛乳 生クリーム 脱脂粉乳 | パセリ にんじん 玉ねぎ | 733 | 28.9 | 28.7 | 3.5 | |
| 26月 | ごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ れんこんとえびませあげ ちゅうがサラダ | ごはん こんにゃく | 牛乳 豚肉 豆腐 | にんじん ねぎ もやし | 608 | 21.3 | 17.2 | 2.3 | |
| 29月 | ごはん ぎゅうにゅう わかめのみそじる ぶたにくしょうがやき ごもくに | ごはん じゃがいも | 牛乳 豆腐 油揚げ わかめ | えのきたけ ねぎ ごぼう | 628 | 26.6 | 19.4 | 2.5 | |
| 30月 | ごはん ぎゅうにゅう さんさいじる まぐろカツソースかけ やさいのおかあえ | ごはん 油 | 牛乳 豚肉 生揚げ みそ | みず わらび しめじ ねぎ | 620 | 22.7 | 19.0 | 2.2 | |



新製品アレギー (表示義務・推奨の28品目) 情報

今月の新製品のお知らせはありません。

※成分やメーカーが変わった場合は、同じ製品でもお知らせします。

★：スプーンを使うと食べやすいメニューです。
※太字は山形県産、山形市産の食材です。
※食材は、入荷の都合により変更する場合があります。

※さくらんぼは、入荷の都合により日付を変更する場合があります。