

6月 学校給食献立表

綾川中学校

日 曜日	献立名		材料名						
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
2月	麦ごはん	○	なす入りマーボー豆腐 春雨サラダ 青りんごゼリー	豆腐 豚肉 みそ ハム	牛乳	人参ねぎ	なす 玉ねぎ しいたけ にんにく しょうが キャベツ きゅうり 青りんご	米 大麦 でん粉 春雨 砂糖 ゼリー	油 ごま油
3火	コッペパン	○	さばのカレー焼き チーズポテト コンソメスープ	さば ベーコン うずら卵	牛乳 チーズ	パセリ 人参	コーン 玉ねぎ	コッペパン じゃがいも	バター
4水	麦ごはん	○	チンジャオロースー 小魚サラダ ミックスナッツ	豚肉	牛乳 煮干し	ピーマン	しょうが もやし にんにく 玉ねぎ たけのこ キャベツ きゅうり	米 大麦 砂糖 でん粉	油 ドレッシング アーモンド カシューナッツ
5木	五目うどん	○	ししゃもの磯辺揚げ アスパラのごま和え	鶏肉 油揚げ	牛乳 ししゃも 青のり	人参 ねぎ アスパラガス	玉ねぎ しめじ キャベツ コーン	うどん 天ぷら粉	油 ごま
6金	鶏そぼろ丼	○	和風サラダ じゃがいものみそ汁	鶏肉 大豆 かつお 油揚げ みそ	牛乳 のり	人参 ねぎ	しょうが 太ねぎ キャベツ きゅうり 玉ねぎ	米 大麦 砂糖 じゃがいも	油
9月	麦ごはん	○	鶏肉と野菜のうま煮 ごま酢和え 小魚の佃煮	鶏肉 うずら卵	牛乳 煮干し	人参 さやいんげん	玉ねぎ きゅうり キャベツ	米 じゃがいも こんにやく 砂糖 でん粉	油 ごま
10火	米粉パン	○	いかのさらさ揚げ 中華和え 春雨スープ	いか ベーコン	牛乳	小松菜 人参 ねぎ	しょうが キャベツ きゅうり もやし 玉ねぎ しいたけ	米粉パン でん粉 砂糖 春雨	油 ごま油
11水	麦ごはん	○	炒り豆腐 ポン酢和え アーモンドいりこ	鶏肉 豆腐 卵	牛乳 煮干し	人参 ねぎ 小松菜	玉ねぎ しいたけ キャベツ	米 大麦 こんにやく 砂糖	油 アーモンド
12木	コッペパン	○	グリーンアスパラのキッシュ かみかみサラダ ABCマカロニスープ	卵 ベーコン	牛乳 生クリーム チーズ 昆布	アスパラガス 人参	玉ねぎ にんにく きゅうり キャベツ 切干し大根 セロリー	コッペパン じゃがいも マカロニ	オリーブ油 ドレッシング
13金	夏野菜 カレーライス	○	海藻サラダ ヨーグルト	豚肉 豚レバー	牛乳 チーズ 海そう ヨーグルト	かぼちゃ トマト 人参	玉ねぎ なす 枝豆 にんにく キャベツ きゅうり コーン	米 大麦 砂糖	油 ごま油 ごま
16月	麦ごはん	○	高野豆腐の卵とじ アーモンド和え ふりかけ	高野豆腐 鶏肉 卵	牛乳	人参 ねぎ 小松菜	玉ねぎ しいたけ キャベツ	米 じゃがいも 砂糖	油 アーモンド
17火	全粒粉パン	○	カレービーンズ 茎わかめのサラダ さくらんぼ いちごジャム	大豆 豚肉	牛乳 茎わかめ	人参 パセリ トマト	にんにく 玉ねぎ きゅうり キャベツ さくらんぼ	全粒粉パン じゃがいも 砂糖 いちごジャム	油 ごま ごま油
18水	麦ごはん	○	さわらのごまだれかけ おおか和え すいとん汁 梅干し	さわら かつお 油揚げ みそ	牛乳	ほうれん草 人参 ねぎ	キャベツ もやし 玉ねぎ 大根 梅干し	米 大麦 砂糖 でん粉 すいとん	ごま

日 曜日	献立名		材料名						
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
19木	コッペパン	○	鶏肉とマカロニの クリーム煮 粉ふさいも フルーツポンチ	鶏肉	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	人参 アスパラガス	玉ねぎ エリンギ もも みかん パイナップル バナナ	コッペパン マカロニ 小麦粉 じゃがいも	油 バター
20金	たこ飯	○	いりこの天ぷら ゆかり和え なす入りふしめん汁 ブルーン	たこ 油揚げ 卵 みそ	牛乳 いりこ 青のり	人参 しそ ねぎ	たけのこ ごぼう しいたけ 枝豆 キャベツ もやし なす ブルーン	米 でん粉 小麦粉 ふしめん	油
23月	麦ごはん	○	ひじきと厚揚げの炒り煮 キャベツとじゃこの和え物 しじみの佃煮	豚肉 厚揚げ しじみ	牛乳 ひじき ちりめん	人参 小松菜	枝豆 キャベツ しょうが	米 大麦 こんにやく 砂糖	油 ごま油
24火	期末テスト1日目								
25水	期末テスト2日目								
26木	ミルクパン	○	なす入りスパゲティボンゴレ ツナコーンサラダ 豆乳プリン	あさり ベーコン まぐろ 豆乳	牛乳 チーズ わかめ	人参 パセリ トマト	玉ねぎ なす マッシュルーム キャベツ コーン	ミルクパン スパゲティ プリン	油 ドレッシング
27金	麦ごはん	○	あじのかば焼き風 たくあん和え 豆腐のみそ汁	あじ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	人参 小松菜 ねぎ	もやし たくあん 玉ねぎ	米 大麦 でん粉 砂糖	油 ごま
30月	麦ごはん	○	焼き豆腐のみそそぼろ煮 焼きししゃも 昆布和え	豚肉 焼き豆腐 みそ	牛乳 ししゃも 昆布	人参 チンゲン菜	玉ねぎ しいたけ しょうが にんにく もやし キャベツ	米 大麦 砂糖 でん粉	油 ごま油 ごま

材料の都合によって、献立が変更する場合があります。

～ 今月の注目メニュー＆食材 ～

◆たこ飯(20日)・・・潮の流れが速い瀬戸内海で獲れるたこは、足が太く、身がしまっているの

が特徴で、香川県でも様々な料理で食べられています。

香川県では、田植えが始まる時期に「たこ」を食べる風習があります。これ

は、田植えをした稲の根がたこの足のよう大地に根付きますようにとい

う願いが込められています。給食では、田植えの時期に合わせて香川県の

郷土料理「たこ飯」が登場します。

