

学校給食献立表(北部学校給食センターB) 令和3年度6月分(6/1~6/30) 姫路市教育委員会

	6月1日(火)	6月2日(水)	6月3日(木)	6月4日(金)	6月7日(月)	6月8日(火)
<b>献立</b>	ご飯 牛乳 豚汁 いわしのかば焼き ひね鶏のゆずソテー	パン 牛乳 オニオンスープ タンドリーチキン ジャーマンポテト	ご飯 牛乳 マーボー豆腐 揚げギョウザ 炒めナムル	一歳と口の健康週間献立ー ご飯 牛乳 野菜のうま煮 きびなごフライ ごぼうの炒め物	チキンカレーライス 牛乳 揚げシウマイ はくさいとじゃこのサラダ	ご飯 牛乳 すまし汁 焼きそばのみそだれ 切り干しだいこんとひじきの炒め煮
<b>献立</b>	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> こんにゃく <input type="triangle"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> みそ 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> エリンギ <input type="triangle"/> パセリ チキンスープ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> しいたけ <input type="triangle"/> にら <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 チキンスープ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="radio"/> がんもどき <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> さやいんげん <input type="triangle"/> たけのこ <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん <input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 鶏肉 カレー粉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> セロリー <input type="triangle"/> グリンピース <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米粉 ガラムマサラ パプリカパウダー ポークスープ とんかつソース トマトケチャップ こいくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="radio"/> かまぼこ <input type="radio"/> わかめ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> えのきたけ <input type="triangle"/> 葉ねぎ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)
<b>献立</b>	<input type="radio"/> いわし 清酒 <input type="triangle"/> しょうが <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ みりん <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> しょうが <input type="radio"/> ヨーグルト トマトケチャップ ウスターソース こいくちしょうゆ カレー粉 レモン果汁 塩 こしょう	<input type="radio"/> 赤みそ オイスターソース トウバンジャン <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ みりん 塩 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> きびなごフライ <input type="triangle"/> ごぼう 米粉 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="triangle"/> 葉ねぎ <input type="triangle"/> しょうが みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> ごま油 塩 こしょう	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> ポークシウマイ <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle"/> はくさい 塩 <input type="triangle"/> きゅうり <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> ちりめんじゃこ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="radio"/> さば 清酒 塩 <input type="triangle"/> しょうが <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="radio"/> みそ こいくちしょうゆ みりん <input type="checkbox"/> でんぷん
<b>献立</b>	<input type="radio"/> ひね鶏 清酒 塩 <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> にんじん 米酢 うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> ゆず果汁 こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> じゃがいも 塩 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダ油 こしょう	<input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="triangle"/> もやし 塩 <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="triangle"/> うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> ごま油 塩 こしょう	<input type="radio"/> 豚肉 切り干しだいこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> ひじき 油揚げ しょうが <input type="triangle"/> えだまめ <input type="checkbox"/> サラダ油 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> でんぷん
<b>献立</b>	6月9日(水)	6月10日(木)	6月11日(金)	6月14日(月)	6月15日(火)	6月16日(水)
<b>献立</b>	パン 牛乳 ポトフ 鶏肉のスパイス揚げ こまつなサラダ	ご飯 牛乳 豚スー 白身魚のバーベキューソース 野菜炒め のりの佃煮	パン 牛乳 コーンスープ ウイナーのケチャップ炒め グリーンサラダ	ご飯 牛乳 肉じゃが じゃこの元氣揚げ はくさいのツナソテー	ご飯 牛乳 とうがんスープ 鶏肉のザンギ ほうれんそうの煮返し	パン 牛乳 ソーススパゲティ さけのバジル焼き ごぼうのごまソテー
<b>献立</b>	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ チキンスープ ワイン風調味料 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏卵 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> 葉ねぎ チキンスープ ポークスープ <input type="checkbox"/> でんぷん 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle"/> コーンクリーム <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> パセリ バター <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 米粉 チキンスープ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 牛肉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> グリンピース <input type="triangle"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle"/> しょうが <input type="radio"/> 厚揚げ <input type="triangle"/> とうがん <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> しいたけ <input type="triangle"/> 葉ねぎ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> スパゲティ 塩 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="radio"/> ちくわ <input type="radio"/> キャベツ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> 葉ねぎ とんかつソース ウスターソース あおさ粉 こしょう
<b>献立</b>	<input type="radio"/> 鶏肉 塩 こしょう クッキングスパイス ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle"/> こまつな 塩 <input type="triangle"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダドレッシング 米酢 辛子粉	<input type="radio"/> ホキ ワイン風調味料 塩 こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle"/> 根深ねぎ <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ みりん <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> にら <input type="triangle"/> もやし 塩 <input type="checkbox"/> サラダ油 こしょう こいくちしょうゆ <input type="radio"/> のり佃煮	<input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> ビーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 トマトケチャップ ウスターソース カレー粉 塩 こしょう <input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle"/> キャベツ 塩 <input type="triangle"/> グリーンアスパラガス 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 こしょう	<input type="radio"/> ちりめんじゃこ <input type="triangle"/> ごぼう <input type="radio"/> うの花 塩 <input type="triangle"/> レモン果汁 <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle"/> はくさい 塩 <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="checkbox"/> サラダ油 米酢 うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 こしょう	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく うすくちしょうゆ 清酒 塩 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="triangle"/> もやし 塩 <input type="radio"/> かまぼこ うすくちしょうゆ みりん 削り節(だし)	<input type="radio"/> さけ ワイン風調味料 バジルピューレ オリーブ油 塩 こしょう 黒こしょう <input type="triangle"/> ごぼう 米酢 <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> ごま うすくちしょうゆ サラダドレッシング 塩 <input type="checkbox"/> サラダ油

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しほ) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

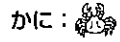
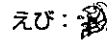
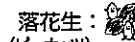
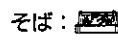
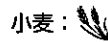
特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生: えび: かに:

学校給食献立表(北部学校給食センターB) 令和3年度6月分(6/1~6/30) 姫路市教育委員会

		6月17日(木)	6月18日(金)	6月21日(月)	6月22日(火)	6月23日(水)	6月24日(木)		
献立	ご飯 牛乳 キムチスープ とびおフライ ごまドレッシング和え	ご飯 牛乳 みそ汁 鶏肉のゆず香り焼き 大豆の磯煮 あじさいゼリー	ご飯 牛乳 わかめスープ あじの有馬揚げ チャプチェ	ご飯 牛乳 わかめスープ あじの有馬揚げ チャプチェ	あんかけ丼 牛乳 タッカルビ じゃがいものそぼろ煮	アップルパン 牛乳 ビーフンスープ 白身魚のチリソース キャベツとハムのソテー	ご飯 牛乳 三平汁 <b>厚揚げの卵とじ</b> もやしのごま酢和え		
	献立	ご飯 牛乳 豚肉 根深ねぎ ごま油 はくさいキムチ はくさい たまねぎ にんじん えのきたけ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	ご飯 牛乳 豆腐 油揚げ わかめ じゃがいも たまねぎ にんじん 葉ねぎ みそ 煮干し(だし)	ご飯 牛乳 わかめ 豆腐 たまねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油	ご飯 豚肉 たまねぎ にんじん かまぼこ しめじ 根深ねぎ えだまめ しょうが サラダ油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 塩 でんぷん 削り節(だし)	ご飯 豚肉 たまねぎ にんじん かまぼこ しめじ 根深ねぎ えだまめ しょうが サラダ油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 塩 でんぷん 削り節(だし)	パン ドライアップル 牛乳 豚肉 ビーフン 厚揚げ たまねぎ にんじん チンゲンサイ チキンスープ うすくちしょうゆ みりん 塩 こしょう ごま油	ご飯 牛乳 さけボール だいごん にんじん じゃがいも 根深ねぎ 清酒 うすくちしょうゆ 塩 削り節(だし) 昆布(だし)	
材料	とびうおフライ 油 グリーンアスパラガス 塩 キャベツ にんじん まぐろ油漬け ごま 米酢 砂糖 サラダ油 うすくちしょうゆ	砂糖 ゆず果汁 みりん 塩 ひじき 大豆 ちくわ こんにゃく にんじん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 砂糖 みりん サラダ油 あじさいゼリー	あじ うすくちしょうゆ みりん 清酒 山椒粉 でんぷん 油 牛肉 しょうが にんにく うすくちしょうゆ はるさめ にんじん にら たけのこ しいたけ サラダ油 ごま こいくちしょうゆ 砂糖 みりん こしょう ごま油	鶏肉 キャベツ かぼちゃ 葉ねぎ たまねぎ しょうが にんにく サラダ油 チキンスープ みりん うすくちしょうゆ 砂糖 コチジャン 塩 ごま油 鶏肉 砂糖 清酒 じゃがいも うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん でんぷん サラダ油	鶏肉 キャベツ かぼちゃ 葉ねぎ たまねぎ しょうが にんにく サラダ油 チキンスープ みりん うすくちしょうゆ 砂糖 コチジャン 塩 ごま油 鶏肉 砂糖 清酒 じゃがいも うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん でんぷん サラダ油	パン ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ しょうが にんにく トマトケチャップ うすくちしょうゆ 砂糖 トウモロコシ みりん 清酒 サラダ油 ポークハム キャベツ 塩 にんじん 米酢 砂糖 サラダ油 こしょう	厚揚げ 鶏卵 にんじん たまねぎ 葉ねぎ 砂糖 うすくちしょうゆ みりん 削り節(だし) もやし 塩 きゅうり 砂糖 うすくちしょうゆ 米酢 砂糖 ごま		
	材料	パン 牛乳 野菜シチュー さざみフライ コーンキャベツ	ご飯 牛乳 はくさいスープ さけのゆず香り焼き ツナおから	ハッシュドポーク 牛乳 かぼちゃコロッケ 切り干しだいごんのごま和え	パン 牛乳 ワンタンスープ あじのカレー揚げ ポテトサラダ	6月平均 栄養量 (中学校)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム 鉄	776kcal 29.6g 27.4% 335mg 2.5mg	ビタミン A B1 B2 C
献立	パン 牛乳 ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん エリンギ コーンクリーム ブロッコリー サラダ油 米粉 豆乳 チキンスープ 塩 こしょう さざみフライ 油 キャベツ とうもろこし ポークハム チキンスープ 塩 こしょう	ご飯 牛乳 ベーコン 厚揚げ はくさい にんじん にら チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう さけ 塩 清酒 うすくちしょうゆ 砂糖 ゆず果汁 みりん でんぷん うの花 まぐろ油漬け たまねぎ にんじん こんにゃく 塩 葉ねぎ しいたけ ごま油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 削り節(だし)	ご飯 豚肉 ワイン風調味料 たまねぎ にんじん グリーンピース エリンギ サラダ油 米粉 ポークスープ トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース とんかつソース こいくちしょうゆ 砂糖 塩 こしょう 牛乳 かぼちゃコロッケ 油 切り干しだいごん ほうれんそう 塩 ごま うすくちしょうゆ 砂糖 米酢	パン 牛乳 豚肉 にんじん もやし 葉ねぎ ワンタンの皮 チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 あじ カレー粉 塩 こしょう でんぷん 油 じゃがいも 塩 きゅうり とうもろこし サラダドレッシング こしょう	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム 鉄	776kcal 29.6g 27.4% 335mg 2.5mg	食塩相当量 食物繊維 マグネシウム 亜鉛	3.4g 4.9g 107mg 3.2mg	
	材料	ご飯 牛乳 ベーコン 厚揚げ はくさい にんじん にら チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう さけ 塩 清酒 うすくちしょうゆ 砂糖 ゆず果汁 みりん でんぷん うの花 まぐろ油漬け たまねぎ にんじん こんにゃく 塩 葉ねぎ しいたけ ごま油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 削り節(だし)	ご飯 豚肉 ワイン風調味料 たまねぎ にんじん グリーンピース エリンギ サラダ油 米粉 ポークスープ トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース とんかつソース こいくちしょうゆ 砂糖 塩 こしょう 牛乳 かぼちゃコロッケ 油 切り干しだいごん ほうれんそう 塩 ごま うすくちしょうゆ 砂糖 米酢	パン 牛乳 豚肉 にんじん もやし 葉ねぎ ワンタンの皮 チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 あじ カレー粉 塩 こしょう でんぷん 油 じゃがいも 塩 きゅうり とうもろこし サラダドレッシング こしょう	6月4日から10日は 『歯と口の健康週間』です。 毎日の食事の時に、よくかんでおいしく食べるためには、歯や口が健康であることが大切です。 給食では、ごぼうや小魚などのかみ応えのある食材や、歯の健康に役立つカルシウムを多く含んだ食材をとり入れています。 また、月に1回「カミカミ献立」として、特にかむことを意識してほしい献立にマークをつけています。 6月4日(金)の「きびなごフライ」が「カミカミ献立」です。しっかりかむことができる健康な歯と口を保ちましょう。				

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しほ) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示



(ピーナッツ)