

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和5年度6月分(6/1~6/30) 姫路市教育委員会

	6月1日(木)	6月2日(金)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)
献立	ご飯 牛乳 うしお汁 鶏肉の有馬揚げ 五目煮豆	ハヤシライス 牛乳 白身魚のフリッター こまつナンター	ご飯 牛乳 ビーフンスープ 鶏肉のスパイス焼き チンジャオロウスウ	一徳と口の健康週間献立 親子丼 牛乳 あじの竜田揚げ はりはり漬け	パン 牛乳 コンソメスープ ホキのパジル揚げ イタリアンスナゲティ	ご飯 牛乳 たまねぎのみそ汁 かぼちゃコロッケ きんぴらごぼう
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 鶏卵	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳
献立	<input type="radio"/> はもボール <input type="radio"/> 豆腐 <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 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	<input type="triangle"/> にんにく <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"/> エリンギ <input type="triangle"/> グリンピース <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="triangle"/> 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 <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ ポークスープ <input type="checkbox"/> 米粉 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> ピーファン <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> チンゲンサイ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> かまぼこ <input type="triangle"/> 葉ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 砂糖 みりん でんぷん 削り節(だし)	<input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> エリンギ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> セロリー チキンスープ 塩 こしょう サラダ油	<input type="radio"/> 豆腐 <input type="radio"/> 油揚げ <input type="radio"/> わかめ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> みそ 煮干し(だし)
献立	<input type="radio"/> 鶏肉 うすくちしょうゆ みりん 清酒 山椒粉 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ ポークスープ <input type="checkbox"/> 米粉 塩 こしょう	<input type="radio"/> 鶏肉 塩 こしょう クッキングスパイス オリーブ油 ワイン風調味料	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> あじ <input type="triangle"/> しょうが こいくちしょうゆ 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油	<input type="radio"/> ホキ ワイン風調味料 パジルピューレ オリーブ油 塩 こしょう 黒こしょう でんぷん 油	<input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ <input type="checkbox"/> 油
献立	<input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 牛肉 <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 白身魚フリッター	<input type="triangle"/> 豚肉 こいくちしょうゆ 清酒 ピーマン パプリカ たけのこ しょうが にんにく みりん <input type="checkbox"/> 砂糖 オイスターソース でんぷん サラダ油	<input type="triangle"/> 切り干しだいこん <input type="triangle"/> きゅうり 塩 <input type="triangle"/> にんじん うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 米酢	<input type="checkbox"/> スナゲティ 塩 サラダ油 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> ピーマン トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース こしょう	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> さつま揚げ <input type="triangle"/> こんにゃく <input type="triangle"/> グリンピース <input type="checkbox"/> ごま うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 みりん <input type="checkbox"/> サラダ油
献立	6月9日(金)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)
献立	パン 牛乳 豆乳シチュー エスニックチキン コーンサラダ	わかめご飯 牛乳 キムチスープ たらのフライ 炒めナムル	ご飯 牛乳 中華スープ 焼きさばのみそだれ 切り干しだいこんの甘酢煮	パン 牛乳 ポークビーンズ ポテトささみカツ キャベツとツナのサラダ	ご飯 牛乳 じゃぶ さけのから揚げ ひじきとコーンの炒め煮	ご飯 牛乳 はるさめスープ 豚肉の甘酢あん ポテトサラダ
献立	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> わかめ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳
献立	<input type="radio"/> ベーコン <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 青大豆 <input type="radio"/> 白いんげん豆 <input type="radio"/> 金時豆 <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"/> エリンギ <input type="triangle"/> コーンクリーム <input type="triangle"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="radio"/> 豆乳 チキンスープ 塩 こしょう	<input type="radio"/> 豚肉 ワイン風調味料 <input type="triangle"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="triangle"/> はくさいキムチ <input type="radio"/> 厚揚げ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> いら <input type="triangle"/> えのきたけ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="radio"/> ベーコン <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> チンゲンサイ <input type="triangle"/> しょうが チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="radio"/> 豚肉 ワイン風調味料 <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"/> パセリ <input type="radio"/> 大豆 <input type="triangle"/> トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 ポークスープ サラダ油 塩 こしょう	<input type="radio"/> 鶏肉 清酒 <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ サラダ油 塩 こしょう みりん	<input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="triangle"/> ししだけ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> こまつな <input type="triangle"/> にんじん チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> でんぷん
献立	<input type="radio"/> 鶏肉 サラダ油 にんにく ナンプラー <input type="checkbox"/> 砂糖 塩 黒こしょう カレー粉	<input type="radio"/> たらフライ <input type="checkbox"/> 油	<input type="radio"/> さば 清酒 塩 しょうが <input type="checkbox"/> 砂糖 みそ こいくちしょうゆ みりん でんぷん	<input type="radio"/> ささみカツ <input type="checkbox"/> 油	<input type="radio"/> さけ 清酒 塩 こしょう でんぷん 油	<input type="radio"/> 豚肉 清酒 こいくちしょうゆ しょうが <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle"/> パプリカ <input type="triangle"/> ピーマン 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> でんぷん
献立	<input type="triangle"/> キャベツ 塩 <input type="triangle"/> にんじん とうもろこし ささみ油漬 米酢 砂糖 ごま油 うすくちしょうゆ こしょう	<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="radio"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ 削り節(だし) <input type="triangle"/> 切り干しだいこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま 米酢 塩 ごま油	<input type="radio"/> まぐろ油漬 <input type="triangle"/> キャベツ 塩 <input type="triangle"/> にんじん 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 こしょう	<input type="radio"/> ひじき <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> ベーコン <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ サラダ油	<input type="checkbox"/> じゃがいも 塩 きゅうり <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダドレッシング こしょう

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・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・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

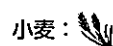
特定原材料表示



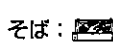
卵



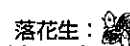
乳製品



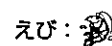
小麦



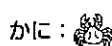
そば



落花生
(ピーナッツ)



えび



かに

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和5年度6月分(6/1~6/30) 姫路市教育委員会

		6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月26日(月)					
献立	ご飯 牛乳 かぼちゃのみそ汁 鶏肉の有馬焼き ごぼうのごまソテー 味付けのり	チキンカレーライス 牛乳 とびうおフライ もやしの炒めサラダ	パン 牛乳 カイン・ザウ ハンバーグのソース焼き おかひじきのサラダ	ご飯 牛乳 磯香汁 あじの香草揚げ じゃがいものそぼろ煮	パン 牛乳 肉だんごのスープ ウインナーの磯辺揚げ 野菜のソテー	ご飯 牛乳 肉じゃが さばの照り焼き 切り干しだいこんのサラダ						
	献立	ご飯 牛乳 豆腐 油揚げ かぼちゃ たまねぎ わかめ 葉ねぎ みそ 煮干し(だし)	ご飯 鶏肉 カレー粉 じゃがいも たまねぎ にんじん セロリ グリーンピース しょうが にんにく サラダ油 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 みりん 塩 こしょう	パン 牛乳 豚肉 サラダ油 たまねぎ にんじん チンゲンサイ ポークスープ ナンブラー うすくちしょうゆ 砂糖 塩 こしょう	ご飯 牛乳 たまねぎ にんじん 昆布 かまぼこ 油揚げ 葉ねぎ えのきたけ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 削り節(だし)	パン 牛乳 つくね はるさめ 豆腐 葉ねぎ にんじん こんにゃく サラダ油 砂糖 うすくちしょうゆ こしょう	ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース こんにゃく 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					
献立	鶏肉 うすくちしょうゆ みりん 清酒 山椒粉	鶏肉 うすくちしょうゆ みりん 清酒 山椒粉	鶏肉ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース	あじ ワイン風調味料 パプリカピューレ オリーブ油 塩 こしょう 黒こしょう でんぶん 油	チキンウインナー あおさ粉 塩 天ぷら粉 油	さば 塩 清酒 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 砂糖 みりん でんぶん						
	材料	ごぼう 米酢 にんじん ちりめんじゃこ ごま うすくちしょうゆ サラダドレッシング サラダ油 味付けのり	牛乳 とびうおフライ 油 ごまつな もやし 塩 にんじん かまぼこ うすくちしょうゆ 米酢 砂糖 サラダ油	砂糖 みりん でんぶん おかひじき キャベツ 塩 まぐろ油漬け とうもろこし サラダドレッシング 米酢	鶏肉 砂糖 清酒 じゃがいも グリーンピース うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん でんぶん サラダ油	豚肉 にんじん ズッキーニ もやし 塩 サラダ油 こしょう	さば 塩 清酒 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 砂糖 みりん でんぶん 切り干しだいこん にんじん きゅうり 塩 ささみ油漬け ごま うすくちしょうゆ 米酢 砂糖 ごま油					
		6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	6月平均 栄養量 (中学校)						
献立	ご飯 牛乳 もすく汁 豚肉のカリン揚げ 筑前煮	パン 牛乳 とうもろこしのスープ 鶏肉のゆず香り焼き キャベツとツナのソテー 冷凍みかん	野菜マーボー丼 牛乳 さけのスパイス揚げ 和風サラダ	パン 牛乳 フェジョアーダ ミンチカツ ごぼうサラダ	エネルギー 745kcal		ビタミン	A 256μgRAE B1 0.48mg B2 0.56mg C 26mg				
	献立	ご飯 牛乳 豆腐 かまぼこ もすく にんじん しいたけ 葉ねぎ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ パセリ チキンスープ でんぶん うすくちしょうゆ 塩 こしょう	ご飯 豚肉 豆腐 たまねぎ 根深ねぎ しいたけ ピーマン パプリカ しょうが にんにく サラダ油 チキンスープ みそ オイスターソース トウバンジャン 砂糖 こいくちしょうゆ みりん 塩 ごま油 でんぶん	パン 牛乳 白いんげん豆 たまねぎ にんじん ベーコン じゃがいも パセリ サラダ油 ポークスープ ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 ワイン風調味料 塩 こしょう	たんぱく質 31.3g	食塩相当量 3.5g	脂質 30.6%	食物繊維 6.4g	カルシウム 332mg	マグネシウム 103mg	鉄 2.6mg
献立	豚肉 こいくちしょうゆ 清酒 しょうが でんぶん 油 砂糖 ごま	鶏肉 清酒 うすくちしょうゆ 砂糖 ゆず果汁 みりん 塩	さけ ワイン風調味料 塩 こしょう クッキングスパイス でんぶん 油	ミンチカツ 油	ごぼう 米酢 ちりめんじゃこ にんじん ごま 米酢 砂糖 サラダドレッシング 白みそ うすくちしょうゆ	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6日(火)の「はりはり漬け」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。						
	材料	鶏肉 こんにゃく にんじん ごぼう たけのこ えだまめ 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 削り節(だし)	キャベツ 塩 にんじん まぐろ油漬け サラダ油 米酢 うすくちしょうゆ 砂糖 こしょう みかん	かまぼこ にんじん もやし 塩 ごま サラダドレッシング うすくちしょうゆ こしょう								

○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(たんすいしかつ・しほう) △緑の食品…体の調子をとのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示

