

令和8年度6月 献立予定表

門川町学校給食センター

日付	○主食 ●主菜 ★副菜 ★その他 ◎ (主食主菜兼用)	ざいりょう			ちょうみりょう	小学校	中学校
		エネルギーになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)		650	830
						たんぱく質基準 21~32	27~41
1	○むぎごはん ●たまごいりぶたキムチ ★きのこスープ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら ごまあぶら	ぶたにく たまご かまぼこ とりにく ぎゅうにゅう	ねぎ こんにゃく にんにく にんじん たまねぎ はくさいキムチ ちんげんさい コーン えのき まいたけ	こいくちしょうゆ こしょう ガラスープ しお うすくちしょうゆ	601	721
2	○ミルクパン ●ポークビーンズ ★ひじきのサラダ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも さとう	ぶたにく だいず ひじき とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ あおまめ にんじん きゅうり キャベツ コーン	しお ウスターソース トマトピューレ ケチャップ す うすくちしょうゆ	669	783
3	○むぎごはん ●かんこくふうすきやき ★れんこんサラダ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう ごま ごまあぶら	ぶたにく やきどうふ ちくわ ぎゅうにゅう	しめじ ちんげんさい ねぶかねぎ にんにく たまねぎ こんにゃく もやし にんじん しょうが れんこん きゅうり コーン	コチジャン みりん こいくちしょうゆ さけ ごまドレッシング	675	811
4	○オープンサンド ●ジャージャーめん ★かまかみあえ ★ぎゅうにゅう	パン ちゅうかめん ごまあぶら さとう	ぶたにく だいず あかみそ とりにく ぎゅうにゅう	もやし たまねぎ にんにく たけのこ しいたけ しょうが にら にんじん ごぼう きゅうり	さけ ガラスープ トウバンジャン こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ す	666	789
5	○むぎごはん ●とりにくとだいこんのつけ ★うめふうみあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さといも さとう	あつあげ とりにく ツナ ぎゅうにゅう	だいこん いんげん にんじん もやし きゅうり うめぼし	こいくちしょうゆ にほし さけ うすくちしょうゆ みりん す ゆかり しお	588	702
8	○なめし ●ごちくきんぴら ★ひむかスープ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま	ぶたにく とりにく みそ とうにゅう ぎゅうにゅう	だいこんば あおまめ れんこん ごぼう こんにゃく にんじん しょうが しいたけ ねぎ せんざりだいこん はくさい かぼちゃ	しお みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ にほし	623	748
9	○マヨネーズパン ●まめまめポトフ ★オレンジサラダ ★ぎゅうにゅう	パン じゃがいも あぶら さとう	だいず とりにく しろいんげんまめ ツナ ぎゅうにゅう	だいこん たまねぎ ブロッコリー にんじん キャベツ きゅうり みかん	うすくちしょうゆ パイオン ガラスープ しお こしょう す	614	714
10	○むぎごはん ●かにどうふ ★やきぶたときくらげのちゅうかあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ ごまあぶら さとう	ぶたにく とうふ かにかまぼこ やきぶた ぎゅうにゅう	しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ にら きくらげ きゅうり もやし レモン	ガラスープ しお こしょう オイスターソース うすくちしょうゆ す	639	766
11	○コッペパン ●かぼちゃのミートソースに ★スパゲティサラダ ★ぎゅうにゅう	パン さとう あぶら スパゲティ	だいず いんげんまめ ぶたにく とりにく ハム ぎゅうにゅう	グリーンピース かぼちゃ たまねぎ にんじん きゅうり	こいくちしょうゆ デミグラスソース ウスターソース ケチャップ トマトピューレ しお こしょう マヨネーズ	686	806
12	○むぎごはん ●さばのみそに ★すましじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう	さば あつあげ みそ とりにく わかめ ちくわ ぎゅうにゅう	にんじん こんにゃく だいこん しょうが しめじ ほうれんそう ねぎ	みりん こいくちしょうゆ さけ にほし うすくちしょうゆ しお	591	706
15	○キムチチャーハン ★わかめスープ ★ヨーグルト ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ ごまあぶら ごま	ぶたにく かまぼこ わかめ じとっこ ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんにく にんじん たまねぎ ねぎ はくさいキムチ ちんげんさい コーン	こいくちしょうゆ こしょう ガラスープ しお うすくちしょうゆ	615	727
16	○はもてんバーガー ★クリームスープ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら かたくりこ バター	はも ベーコン ぎゅうにゅう	キャベツ ブロッコリー かぼちゃ にんじん たまねぎ コーン	うすくちしょうゆ たまねぎドレッシング マヨネーズ ホワイトルーフ パイオン しお こしょう ガラスープ	614	725
17	○むぎごはん ●にしめ ★ツナときゅうりのすのもの ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら さといも さとう	とりにく あつあげ こんぶ わかめ ツナ ぎゅうにゅう	たけのこ しいたけ こんにゃく せんざりだいこん にんじん きゅうり もやし	みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ す	579	692
18	○オープンサンド ●ひむかポリタン ★ハベドレサラダ ★ぎゅうにゅう	パン スパゲティ あぶら さとう	とりにく ベーコン ハム ぎゅうにゅう	マッシュルーム せんざりだいこん にんにく たまねぎ にんじん ブロッコリー きゅうり へべす	あかワイン パイオン ウスターソース トマトピューレ ケチャップ しお こしょう す	612	721
19	○むぎごはん ●にくじゃが ★ごまあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう ごま	ぶたにく あつあげ あぶらあげ ぎゅうにゅう	しいたけ あおまめ たまねぎ こんにゃく にんじん ほうれんそう もやし きゅうり	みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ	684	823
22	○そぼろどん ★のっぺいじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう あぶら かたくりこ	とりにく ぶたにく だいず とうふ ぎゅうにゅう	しいたけ しょうが あおまめ にんにく にんじん たまねぎ ごぼう こんにゃく だいこん こまつな ねぎ	こいくちしょうゆ さけ みりん にほし うすくちしょうゆ	595	712
23	○あげパン ●にくだんごのスープ ★わかふうあえ ★ぎゅうにゅう	パン アーモンド あぶら さとう パンこ かたくりこ マロニ ごまあぶら	きなこ とりにく ひじき ぎゅうにゅう	こまつな しめじ たまねぎ にんじん あおまめ きゅうり キャベツ	しお ガラスープ うすくちしょうゆ こしょう さけ す こいくちしょうゆ	603	757
24	○むぎごはん ●さといものごまみそに ★やさいのプチプチあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さといも あぶら ごま さとう	とりにく あつあげ つみれ みそ かにかまぼこ かいそう ぎゅうにゅう	しいたけ こんにゃく だいこん ごぼう たまねぎ さやいんげん にんじん きゅうり キャベツ	さけ みりん うすくちしょうゆ す	586	701
25	○コッペパン ●ジャーマンポテト ★トマトとやさいのスープ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも	ベーコン とりにく ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん パセリ トマト カリフラワー コーン ズッキーニ あか・きびまん	こしょう しお パイオン	593	690
26	○むぎごはん ●マーボーだいこん ★パンサンスー ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ ごまあぶら さとう はるさめ	ぶたにく だいず みそ とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ たけのこ にら にんにく だいこん しいたけ にんじん キャベツ きゅうり	こいくちしょうゆ トウバンジャン さけ ガラスープ うすくちしょうゆ す	574	685
28	○むぎごはん ●チンジャオロース ★ワンタンスープ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ さとう ごま ごまあぶら あぶら ワンタン	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	にんにく しいたけ あか・き・みどりピーマン もやし たけのこ にんじん しょうが たまねぎ コーン こまつな	オイスターソース さけ うすくちしょうゆ ガラスープ こしょう	647	777
30	○コッペパン ●さかなのこうそうパンこやき ★そえやさい★ミネストローネ ★ぎゅうにゅう	パン パンこ マカロニ じゃがいも	たら ベーコン ぎゅうにゅう	パセリ パツル カリフラワー コーン たまねぎ トマト にんじん ほうれんそう	こしょう マヨネーズ ガーリックパウダー しお あおじドレッシング ガラスープ うすくちしょうゆ	573	665

※6月8日(月)は、門川中は給食はありません。

※6月25日(木)・26日(金)は、門川中2年生は職場体験のため給食はありません。