

令和8年度6月分 小学校給食こんだて表

岸和田市教育委員会

月	火	水	木	金
1 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ チンジャオロースー ●ぶたにく ■サラダあぶら ▲にんにく ■さとう ▲つちしょうが ■かたくりこ ▲たまねぎ ■しょうゆ ▲にんじん ■りょうりしゅ ▲たけのこ ■しお ▲ピーマン ■オイスターソース はるさめスープ ●とりがら ▲にんじん ■あおねぎ ▲たまねぎ ■つちしょうが ▲チンゲンサイ ■うすくちしょうゆ ■はるさめ ■しお・こしょう	2 ●ぎゅうにゅう ピラフ ■こめ ▲ホールコーン ●ベーコン ■チキンブイオン・しお ▲にんじん ■りょうりしゅ・こしょう くらだいのガーリックふうみやき ●くらだい ■しお・こしょう ▲たまねぎ ■ガーリックパウダー ▲パセリ ■オリーブオイル ■オリーブオイル くらだいは きしわだしさん 岸和田市産 キャロットスープ ●とりがら ▲パセリ ▲にんじん ▲とりがら ▲たまねぎ ▲セロリ ■じゃがいも ▲ローリエ ▲にんじんペースト ■しお ■サラダあぶら ■こしょう ■にゅう・こむぎなしホワイトルウ	3 ●ぎゅうにゅう ■オリーブパン ●かたぬきチーズ ポテトのトマトソースに ●ぶたにく ■サラダあぶら ▲にんにく ■さとう ▲たまねぎ ■チキンブイオン ▲にんじん ■ケチャップ ▲ピーマン ■ウスターソース ▲マッシュルーム ■しお ▲トマト(みずに) ■こしょう ■じゃがいも フルーツミックスゼリー ▲みかん(かんづめ) ▲ダイゼリー(りんご)	4 ●のむヨーグルト(カルシウム) ■コッペパン あつあげのちゅうかに ●ぶたにく ▲あおねぎ ▲つちしょうが ■サラダあぶら ▲にんじん ■かたくりこ ▲たまねぎ ■チキンブイオン ▲キャベツ ■みりん ▲チンゲンサイ ■うすくちしょうゆ ●あつあげ ■しお ししゃものからあげ ●ししゃも(こなつき) ■あぶら よっか とおか 4日~10日は は 歯と口の健康週間	5 ●ぎゅうにゅう げんまいごはん ■こめ ■はつがげんまい チキンカレーライスのご ●とりがら ■チキンブイオン ▲つちしょうが ■カレーこ ▲にんにく ■ケチャップ ▲たまねぎ ■ウスターソース ▲にんじん ■のうこうソース ●じゃがいも ■しょうゆ ■サラダあぶら ■こしょう ■にゅう・こむぎなしカレールウ ソーセージとこまつなのソテー ●フランクフルトソーセージ ■サラダあぶら ▲キャベツ ■ガーリックパウダー ▲こまつな ■しお・こしょう ●かみかみこんぶ
8 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ チョップシ ●とりがら ■サラダあぶら ▲つちしょうが ■かたくりこ ▲にんにく ■チキンブイオン ▲にんじん ■りょうりしゅ ▲たまねぎ ■しょうゆ ▲ほしいたけ ■うすくちしょうゆ ▲キャベツ ■オイスターソース ▲チンゲンサイ ■しお・こしょう スパイスーまめ ●だいず ■しお・こしょう ■かたくりこ ■カレーこ ■あぶら ■チリパウダー	9 ●ぎゅうにゅう にくめし ■こめ ■さとう ▲しろねぎ ■しょうゆ ●ぎゅうにく ■みりん ツナとやさしいいためもの ●まぐろあぶらづけ ■しお ▲キャベツ ■こしょう ▲ホールコーン ■しょうゆ ■サラダあぶら なめこのみそしる ●とりがら ▲あおねぎ ▲にんじん ●あかみそ ▲たまねぎ ●しろみそ ▲ふともやし ■にぼし ▲なめこ	10 ●ぎゅうにゅう ■こくとうパン ソーセージとポテトのオープンやき ●フランクフルトソーセージ ■うすくちしょうゆ ■じゃがいも ■しお ▲たまねぎ ■こしょう ▲パセリ ミネストローネ ●ぎゅうにく ■オリーブオイル ▲にんじん ▲とりがら ▲たまねぎ ▲セロリ ▲キャベツ ▲ローリエ ▲トマト(みずに) ■うすくちしょうゆ ■こめこまカロニ(ほし) ■しお ■こしょう	11 ●ぎゅうにゅう ■パーカーパン きれいなフライ ●きれいなフライ ■あぶら ちゅうのうソース レタススープ ●とりがら ▲とりがら ▲にんじん ▲セロリ ▲たまねぎ ▲ローリエ ▲えのきたけ ■うすくちしょうゆ ▲レタス ■しお ■こしょう	12 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ ■ごまふりかけ とりがらとじゃがいものさっぱり ●とりがら ■じゃがいも ▲にんにく ■さとう ▲つちしょうが ■しょうゆ ▲たまねぎ ■す とうふのすましじる ●とうふ ▲みつば ●ほしがたかまほこ ■けずりぶし ▲にんじん ■だしこんぶ ▲たまねぎ ■うすくちしょうゆ ▲えのきたけ ■みりん ●わかめ ■しお
15 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ ジョロフライスのぐ ●とりがら ▲トマトピューレ ▲にんにく ▲ケチャップ ▲にんじん ▲チキンブイオン ▲たまねぎ ▲ウスターソース ▲ピーマン ■しお・こしょう ▲トマト(みずに) ■チリパウダー ■サラダあぶら ■カレーこ コンソメスープ ●ベーコン ▲とりがら ▲にんじん ▲セロリ ▲たまねぎ ▲ローリエ ▲キャベツ ■うすくちしょうゆ ▲パセリ ■しお・こしょう ▲パイナップルゼリー	16 ●ぎゅうにゅう なめし ■こめ ■しお ▲かんそうあおな ホキのたつたあげ ●ホキのたつたあげ ■あぶら ぶたじる ●ぶたにく ▲えのきたけ ▲にんじん ▲あおねぎ ▲キャベツ ●あかみそ ▲たまねぎ ■けずりぶし	17 ●ぎゅうにゅう ■げんりょうコッペパン ソーススパゲティ ●ぶたにく ■サラダあぶら ▲にんじん ■のうこうソース ▲キャベツ ■ウスターソース ▲ピーマン ■しお ■スパゲティ ■こしょう とりがらとだんごのスープ ●とりがら ■チキンブイオン ▲にんじん ■うすくちしょうゆ ▲たまねぎ ■しお ▲ぶなしめじ ■こしょう ▲パセリ	18 ●ぎゅうにゅう ■うずまきパン とうふのカレーに ●ぎゅうにく ■サラダあぶら ▲にんにく ■チキンブイオン ▲たまねぎ ■しょうゆ ▲にんじん ■ウスターソース ▲あおねぎ ■しお ●とうふ ■こしょう ■にゅう・こむぎなしカレールウ キャベツときゅうりのサラダ ▲キャベツ ▲きゅうり ▲たまねぎドレッシング	19 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ エスチーゼー SDGsふりかけ ●けずりぶし ■しょうゆ ■さとう ■みりん ぶたにくとやさしいしょうがに ●ぶたにく ▲さんごまめ ▲つちしょうが ■サラダあぶら ▲たまねぎ ■さとう ▲にんじん ■けずりぶし ■じゃがいも ■しょうゆ もずくのみそしる ●とりがら ▲えのきたけ ▲にんじん ▲あおねぎ ▲ふともやし ●あかみそ ●もずく ■けずりぶし
22 ●ぎゅうにゅう げんりょうごはん ■こめ ●あじつけのり みそポテト ■じゃがいも ●しろみそ ■かたくりこ ■さとう ■あぶら ■しょうゆ ●あかみそ まゆだまじる ●とりがら ■しらたまもち ▲にんじん ●なると ▲たまねぎ ■けずりぶし ▲こまつな ■うすくちしょうゆ ▲しろねぎ ■みりん・しお	23 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ キムチいため ●ぶたにく ■さとう ▲キャベツ ■かたくりこ ▲ふともやし ■キムチのもと ▲にら ■しょうゆ ■サラダあぶら タッコムタン ●とりがら ▲とりがら ▲にんじん ▲あおねぎ ▲たまねぎ ▲つちしょうが ▲えのきたけ ■うすくちしょうゆ ▲しろねぎ ■しお・こしょう ▲ピーチゼリー	24 ●ぎゅうにゅう ■コッペパン(げんえん) ポークシチュー ●ぶたにく ■サラダあぶら ▲にんにく ■さとう ▲たまねぎ ■チキンブイオン ▲にんじん ■ケチャップ ■じゃがいも ■しょうゆ・こしょう ▲トマト(みずに) ■のうこうソース ■にゅう・こむぎなしブラウンルウ えだまめ ▲えだまめ ■しお	25 ●ぎゅうにゅう ■デニッシュパン ツナとかぼちゃのマヨふうみやき ●まぐろあぶらづけ ■たまごなしマヨネーズ ▲かぼちゃ ■しお ▲たまねぎ ■こしょう キャベツのスープ ●とりがら ▲とりがら ▲にんじん ▲セロリ ▲たまねぎ ▲ローリエ ▲キャベツ ■うすくちしょうゆ ■しお・こしょう	26 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ ▲きざみうめ さけのしおやき ●しおトラウトサーモン スタミナみそしる ●ぶたにく ▲えのきたけ ▲にんにく ▲にら ▲にんじん ■サラダあぶら ▲たまねぎ ●あかみそ ▲キャベツ ■けずりぶし
29 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ ▲やさしいふりかけ こうやどうふのからあげ ●こうやどうふ(こなつき) ■あぶら とうがんのちゅうかスープ ●とりがら ▲とりがら ▲にんじん ▲あおねぎ ▲たまねぎ ▲つちしょうが ▲とうがん ■うすくちしょうゆ ▲チンゲンサイ ■しお・こしょう	30 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ ぎゅうどんのご ●ぎゅうにく ■サラダあぶら ▲たまねぎ ■さとう ▲しろねぎ ■しょうゆ ■いとこんにやく ■りょうりしゅ みそしる ▲にんじん ▲あおねぎ ▲たまねぎ ●あかみそ ■じゃがいも ●しろみそ ▲キャベツ ■けずりぶし ▲ふともやし	★年間もくひょう★ なかよく楽しく食事をしよう ☆6月のもくひょう☆ 衛生に気をつけて食事をしよう 岸和田市 実施基準 今月の平均 エネルギー(和加リ-) 620 567 たんぱく質(パーセント) 13~20 15 脂質(パーセント) 20~30 30		

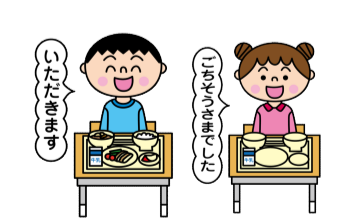
●..き(ちからやねつになる)●..あか(からだのにくや、ち、ほねになる)▲..みどり(からだのちようしをととのえる)

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

★「アレルギー情報」はこちら

岸和田市 小学校 給食献立 検索

毎月19日は「食育の日」、そして6月は「食育月間」
 です。食べ物を大切に、愛情と栄養がたっぷりの給食を
 もりもり食べて、元気に学校
 生活を送ってくださいね。



24日「コッペパン(げんえん)」

原材料に「イヌリン(水溶性食物繊維)」を使用し、
 通常のパンより食塩の使用を減らしたパンです。

