

日	3日（月）	4日（火）	5日（水）	6日（木）	7日（金）	10日（月）	11日（火）	12日（水）	13日（木）	14日（金）	17日（月）
献立	□パン ○ぎゅうにゅう はるまき タイピーエン いちごジャム	歯と口の健康週間メニュー いわしのかばやきどん □ごはん（小） ○ぎゅうにゅう にびたし たまねぎのみそしる	□ごはん（小） ○ぎゅうにゅう ごもくに ★きりぼしだいのカレーいため ★じゃこつくだに	□バターパン ○ぎゅうにゅう ポトフ やさしいソテー	□むぎごはん（小） ○ぎゅうにゅう ちくわのてんぷら ★かえりちりめんのごまあげ ちゃんこ あじつけのり	□パン ○ぎゅうにゅう やきそば ★きびなごいそペフライ フルーツミックス	□わかめごはん ○ぎゅうにゅう とりにとじゃがいものにも こまつなあえ ★かみかみこんぶまめ	□ごはん（小） ○ぎゅうにゅう さわらのこうみソース テンジャンチゲ	□パン ○ぎゅうにゅう かこがわパスタの だいずミートスパゲティ コーンサラダ	ふるさとの日メニュー □しこまいりごはん（小） ○ぎゅうにゅう さばのレモンみそに すましじる かつおふりかけ	□パン ○ぎゅうにゅう さかなのチリソース むぎとやさいのスープ チーズ
副食材料	（はるまき 1こ） □あげあぶら ○ぶたにく ○いか ○かまぼこ ○うずらたまご △しょうが △たまねぎ △にんじん △はくさい △ほししいたけ △ねぎ □りよくとうはるさめ ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう しょうゆ さけ □ごまあぶら □あぶら □いちごジャム 1ふくら	（いわし 1きれ） しお こしょう □じょうしんこ □あげあぶら □ごま □さとう □しょうゆ みりん □どうもろこしでんぷん □あぶらあげ △はくさい △ごまつな □さとう □しょうゆ にぼしだし ○どうふ ○あぶらあげ △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △ねぎ □ふ ○みそ にぼしだし	（とりにく） ○やきいてんボール ○だいず（みずに） □じゃがいも △たまねぎ △だいこん △きやいんげん □さとう □しょうゆ みりん さけ △ぼしだし ○ぶたにく ○やきとうふ ○かまぼこ △きりぼしだいのこ △ピーマン □さとう □しょうゆ さけ □かべらこ □あぶら ○ちりめんじゃこ □ごま □さとう □しょうゆ みりん	（はっこうバター・リマーガリン） ○ベーコン ○ミニウィンナー □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △だいこん △パセリ ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう しょうゆ △ぶたにく △たまねぎ △にんじん △キャベツ △どうもろこし △チンゲンサイ □マカロニ こしょう しょうゆ □あぶら	（おむぎ） □きょうかまい ○ちくわ 1/2 ぼん □こむぎこ □あげあぶら ○かえりちりめん □ごま □こむぎこ □あげあぶら □うどん ○ぶたにく ○とりにく ○やきとうふ ○かまぼこ ○あぶらあげ △にんじん △はくさい △しめじ △しろねぎ △ねぎ しお しょうゆ みりん だしこんぶ にぼしだし ○あじつけのり 1ふくら	（やきそばめん） ○ぶたにく ○いか ○ちくわ △たまねぎ △にんじん △キャベツ △もやし △ねぎ ○けずりぶしこ しお こしょう ソース □あぶら ○きびなごいそペフライ □あげあぶら （△おうとう（かんづめ） △りんご（シロップづけ）	（わかめごはんのもと） □きょうかまい ○とりにく ○こんにやく □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △きやいんげん □さとう □しょうゆ みりん さけ にぼしだし ○まぐろ（あぶらづけ） △たまねぎ △にんじん △キャベツ △ごまつな △こしょう しょうゆ さけ □あぶら ○かみかみこんぶまめ 1ふくら	（さわら 1きれ） しお こしょう □じょうしんこ □あげあぶら △にんにく △しろねぎ □ごま す □さとう □しょうゆ □ごまあぶら ○ぶたにく ○どうふ △たまねぎ △にんじん △もやし △はくさいキムチ △にら ○みそ みりん さけ □ごまあぶら にぼしだし	（かこがわパスタ） ○ぶたひきにく ○だいずミート △にんにく △たまねぎ △にんじん △トマト（みずに） △マッシュルーム △グリーンピース しお こしょう しろワイン ケチャップ △トマトピューレ ソース □オリーブオイル ○こなチーズ ポークビヨン △にんじん △キャベツ △どうもろこし たまねぎドレッシング	（しこまい） □きょうかまい ○さば 1きれ △しょうが △にんにく □さとう ○しろみそ さけ △レモンかじゅう ○どうふ ○かまぼこ △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △ねぎ □ふ しお しょうゆ にぼしだし だしこんぶ ○かつおけずりぶし ○ちりめんじゃこ □ごま □さとう □しょうゆ さけ	（ホキ） しお こしょう □じょうしんこ □あげあぶら △しょうが △にんにく △トマト（みずに） △ケチャップ □さとう しょうゆ さけ チリパウダー □あぶら ○ベーコン ○とりにく △たまねぎ △キャベツ □いんげんまめおむぎもぎミックス セロリ △パセリ ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう □あぶら ○チーズ 2こ
日	18日（火）	19日（水）	20日（木）	21日（金）	24日（月）	25日（火）	26日（水）	27日（木）	28日（金）	よくかんで、味わって食べよう！ 6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。 よくかんで食べると、食べ物の味がよくわかっておいしく感じられるだけでなく、肥満予防やむし歯予防につながるなど、体にとっていいことがたくさんあります。やわらかいものばかりでなく、かみごたえのある食べ物を意識して取り入れましょう。 オススメ！ かみかみおやつ ナッツ類 ドライフルーツ 堅焼きせんべい 野菜スティック 小魚 するめ 出典：学校給食 2022年5月号	
献立	そばろごはん □（むぎごはん） ○ぎゅうにゅう だいずのコロコロに なすのみそしる	□ごはん（小） ○ぎゅうにゅう かぼちゃのかきあげ もずくじる のりつくだに	□パン ○ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ポイルキャベツ コーンポタージュ	□ごはん ○ぎゅうにゅう まーぼーあつあげ ワンタンスープ ももゼリー	□パン ○ぎゅうにゅう さかなフライ コールスローサラダ トマトスープ	□ごはん（小） ○ぎゅうにゅう とりにとうずらたまごのうま ぶたじる ふくじんづけ	タコライス □ごはん（小） ○ぎゅうにゅう インディアンキャベツ ビーフンスープ パイナップル（フローズン）	□こくとうパン ○ぎゅうにゅう タッティギム フライドポテト オニオンスープ	□ごはん ○ぎゅうにゅう こうやどうふのふくめに やさしいあまずに ひじきつくだに		
副食材料	（おむぎ） □きょうかまい ○まぐろ（あぶらづけ） △しょうが △あおさ □ごま □さとう □しょうゆ さけ ○だいず（みずに） ○ちくわ こんにやく △にんじん △ほししいたけ △きやいんげん □さとう □しょうゆ にぼしだし ○どうふ ○あぶらあげ ○とりつくね △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △ねぎ ○みそ にぼしだし	（いか） ○ちくわ □きつまいも △にんじん △かぼちゃ □こむぎこ しお □あげあぶら ○もずく ○うずらたまご ○かまぼこ △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △ねぎ しお しょうゆ にぼしだし ○のりつくだに 1ふくら	（ハンバーグ 1こ） △トマト（みずに） ケチャップ デミグラスソース □さとう ソース △キャベツ ○ベーコン □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △コーンペースト △クリームコーン △パセリ ○ぎゅうにゅう ○なまクリーム ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう	（ぶたひきにく） ○あつあげ □りよくとうはるさめ △たまねぎ △にんじん △ほししいたけ △しょうが △ねぎ しお しょうゆ さけ □さとう □しょうゆ さけ □ごまあぶら □ワンタン ○やきぶた △たまねぎ △にんじん △はくさい △もやし △しょうが ポークビヨン しお・こしょう しょうゆ・さけ □ごまあぶら にぼしだし □ももゼリー 1こ	（ホキフライ 1こ） □あげあぶら △にんじん △キャベツ △どうもろこし コールスロードレッシング ○ベーコン □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △トマト △エリンギ △パセリ ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう	（とりにく） ○うずらたまご △にんじん △ごぼう △きやいんげん △しょうが □さとう しょうゆ みりん さけ にぼしだし ○ぶたにく ○とうふ ○あぶらあげ □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △ねぎ ○みそ にぼしだし △ふくじんづけ	（ぎゅうひきにく） ○ぶたひきにく さけ △たまねぎ △にんじん △にんにく △トマト（みずに） △ケチャップ □さとう しお・こしょう ソース しょうゆ チリパウダー （△キャベツ △ピーマン ○やきぶた △たまねぎ △にんじん △はくさい △もやし △ほししいたけ △しょうが ポークビヨン しお・こしょう しょうゆ さけ □ごまあぶら △パイナップル（フローズン） 1きれ	（くろぎとう） ○とりにく △にんにく しお しょうゆ さけ チリパウダー □じょうしんこ □あげあぶら □じゃがいも □あげあぶら しお ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △どうもろこし △エリンギ △パセリ ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう しょうゆ	（とりにく） ○こうやどうふ □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △キャベツ △もやし にぼしだし □さとう しょうゆ さけ みりん にぼしだし ○やきぶた △にんじん △キャベツ □ごま す □さとう しょうゆ しお □ごまあぶら ○ひじきつくだに		

○印…血・肉・骨になり、からだをつくるもの（赤色） □印…熱や力のもとになるもの（黄色） △印…からだの調子をととのえるもの（みどり色） ★印…かみかみメニュー …兵庫県産食材

◎物資等の都合により変更する場合があります。 ◎アップルパンや麦ごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。

次回の給食費引落日：7月1日（月）[5月分]★口座への入金をお願いします★