

6月予定献立表

－ 衛 生 に 気 を つ け よ う －

実施回数 20回  
平均エネルギー  
平均たんぱく質

780kcal  
27.8g

加古川市教育委員会  
神野台学校給食センター

| 日    | 2日（月）                                                                                                                                                                                           | 3日（火）                                                                                                                                                                                                                                        | 4日（水）                                                                                                                                                                                                                                                        | 5日（木）                                                                                                                                                                                                                                          | 6日（金）                                                                                                                                                                                                                                         | 9日（月）                                                                                                                                                                                                                                                    | 10日（火）                                                                                                                                                                                                              | 11日（水）                                                                                                                                                                     | 12日（木）                                                                                                                                                                                                                  | 13日（金）                                                                                                                                                                                                                      | 市制 75 周年                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 献立   | □ご飯（小）<br>●牛乳<br>夏野菜かき揚げ<br>かきたま汁<br>しじみ佃煮                                                                                                                                                      | □麦ご飯（小）<br>●牛乳<br>麻婆豆腐<br>春雨サラダ<br>中華ドレッシング                                                                                                                                                                                                  | 歯と□の健康週間メニュー<br>□ご飯<br>●牛乳<br>※かえりのごま揚げ<br>※ごぼうの天ぷら<br>※クーブイリチー<br>あじつみれのみそ汁                                                                                                                                                                                 | □ご飯<br>●牛乳<br>鶏肉の変わりみそ和え<br>コーン入りスープ<br>ヨーグルト                                                                                                                                                                                                  | □ご飯<br>●牛乳<br>ツナ入りオムレツ<br>ケチャップ(チューブ)<br>米粉マカロニスープ<br>のり佃煮                                                                                                                                                                                    | □ご飯<br>●牛乳<br>鯖のみそマヨネーズ焼き<br>卵の花炒り<br>もずく汁<br>魚ふりかけ                                                                                                                                                                                                      | □ご飯<br>●牛乳<br>ビーンスシチュー<br>ハムサラダ<br>柑橘ドレッシング<br>チーズ                                                                                                                                                                  | □ご飯<br>●牛乳<br>いわしフライ<br>ボイルキャベツ<br>中濃ソース<br>豚肉と大根のスープ                                                                                                                      | □菜飯<br>●牛乳<br>ごま煮<br>香りとえ                                                                                                                                                                                               | ふるさとの日メニュー<br>□ご飯<br>●牛乳<br>ホキの香草揚げ<br>人参と枝豆のソテー<br>キャベツのみそ汁<br>加古川産味付けのり                                                                                                                                                   | 市制 75 周年<br>6月15日は「ふるさとの日」です！<br>昭和 25 年（1950 年）<br>6 月 15 日に加古郡加古川町、神野村、平岡村、尾上村の 1 町 4 村が合併し、加古川市が誕生しました。市制 70 周年（令和 2 年）を機に、市制記念日である 6 月 15 日を「ふるさとの日」と定めました。<br>ふるさとの日メニューでは、加古川市や兵庫県内で生産された野菜などの食品を多く取り入れた献立を提供します。<br>特に、みそ汁のキャベツは加古川市内で収穫されたものを使っています。また、味付けのりも加古川の沖の播磨灘で養殖されたのりを使っています。 |
| 副食材料 | ▲むき枝豆<br>○いか<br>○ちくわ<br>●かえりちりめん<br>△かぼちゃ<br>▲ごぼう<br>△人参<br>□小麦粉<br>塩<br>■揚げ油<br>○かまぼこ<br>○卵<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>▲えのきたけ<br>△ねぎ<br>塩<br>薄口しょうゆ<br>□でんぶん<br>煮干しだし<br>○しじみ佃煮                         | □大麦<br>□強化米<br>○豚ひき肉<br>酒<br>▲生姜<br>○豆腐<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>▲干しいたけ<br>△ねぎ<br>ポークブイオン<br>○赤みそ<br>○みそ<br>オイスターソース<br>濃口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>トウバンジャン<br>□でんぶん<br>■油<br>■ごま油<br>▲キャベツ<br>△人参<br>□緑豆春雨<br>中華ドレッシング                                     | ●かえりちりめん<br>■白ごま<br>□小麦粉<br>■揚げ油<br>▲ごぼう<br>□小麦粉<br>塩<br>■揚げ油<br>○豚肉<br>○油揚げ<br>▲干しいたけ<br>●糸切り昆布<br>こんにゃく<br>△人参<br>△さやいんげん<br>▲にんにく<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>酒・みりん<br>■ごま油<br>煮干しだし<br>○あじつみれ<br>□じゃが芋<br>▲大根<br>△人参<br>▲しめじ<br>△ねぎ<br>▲生姜<br>△酒<br>○みそ<br>煮干しだし | ○鶏肉<br>▲生姜<br>酒・濃口しょうゆ<br>□でんぶん<br>■揚げ油<br>□じゃが芋<br>■揚げ油<br>▲玉ねぎ<br>△さやいんげん<br>△トマトピューレ<br>ケチャップ<br>○みそ<br>煮干しだし<br>□砂糖<br>■油<br>○ベーコン<br>▲玉ねぎ<br>▲とうもろこし<br>△人参<br>▲エリンギ<br>△パセリ<br>ポークブイオン<br>チキンブイオン<br>塩・こしょう<br>薄口しょうゆ<br>●ヨーグルト 1 個      | ○卵<br>▲玉ねぎ<br>▲キャベツ<br>▲とうもろこし<br>○まぐろ油漬け<br>■ノンエッグマヨネーズ<br>■ノンエッグマヨネーズ<br>□砂糖<br>酢・塩<br>■豆乳バター<br>ケチャップ(チューブ)<br>○ベーコン<br>△人参<br>▲キャベツ<br>▲玉ねぎ<br>▲とうもろこし<br>▲エリンギ<br>△パセリ<br>□米粉マカロニ<br>ポークブイオン<br>チキンブイオン<br>塩・こしょう<br>薄口しょうゆ<br>●のり佃煮 1 袋 | ○さば 1 切<br>こしょう<br>▲玉ねぎ<br>○白みそ<br>酒・みりん<br>■ノンエッグマヨネーズ<br>△パセリ<br>○おから<br>○鶏肉<br>○ちくわ<br>△人参<br>▲ごぼう<br>こんにゃく<br>△ねぎ<br>煮干しだし<br>□砂糖<br>薄口しょうゆ<br>酒・みりん<br>■油<br>○豆腐<br>○かまぼこ<br>●もずく<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>▲えのきたけ<br>△ねぎ<br>塩・薄口しょうゆ<br>煮干しだし<br>魚ふりかけ 1 袋 | □大麦<br>□強化米<br>○豚肉<br>○大豆水煮<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>□じゃが芋<br>△トマト水煮<br>△パセリ<br>ポークブイオン<br>□ビーフシチュールウ<br>ケチャップ<br>デミグラスソース<br>塩・こしょう<br>■油<br>○チキンハム（短冊）<br>▲キャベツ<br>▲とうもろこし<br>▲きゅうり<br>△人参<br>柑橘ドレッシング<br>●チーズ 2 個       | ○□いわしフライ 1 個<br>■揚げ油<br>▲キャベツ<br>中濃ソース<br>○豚肉<br>▲大根<br>△人参<br>▲えのきたけ<br>▲しめじ<br>▲生姜<br>△ねぎ<br>ポークブイオン<br>煮干しだし<br>塩・こしょう<br>薄口しょうゆ<br>酒                                   | △菜飯の素<br>□強化米<br>○鶏肉<br>○厚揚げ（10 g 角）<br>○ちくわ<br>□じゃが芋<br>▲大根<br>△人参<br>こんにゃく<br>△さやいんげん<br>△ねぎ<br>白ごま<br>□砂糖<br>薄口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>酒・みりん<br>煮干しだし<br>○焼き豚<br>▲キャベツ<br>▲もやし<br>△人参<br>□砂糖<br>薄口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>■ごま油   | ○ホキ<br>△バジルペースト<br>▲にんにく<br>塩・こしょう<br>□でんぶん<br>■揚げ油<br>△人参（県産）<br>▲むき枝豆<br>○まぐろ油漬け<br>みりん<br>薄口しょうゆ<br>■ごま油<br>△人参（県産）<br>▲玉ねぎ（県産）<br>▲キャベツ（加古川産）<br>○油揚げ<br>▲えのきたけ<br>●わかめ<br>△ねぎ（県産）<br>○みそ<br>煮干しだし<br>●加古川産味付けのり 1 袋    | <br>加古川市まちの魅力発信キャラクター「かこのちゃん」                                                                                                                                                                               |
| 日    | 16日（月）                                                                                                                                                                                          | 17日（火）                                                                                                                                                                                                                                       | 18日（水）                                                                                                                                                                                                                                                       | 19日（木）                                                                                                                                                                                                                                         | 20日（金）                                                                                                                                                                                                                                        | 23日（月）                                                                                                                                                                                                                                                   | 24日（火）                                                                                                                                                                                                              | 25日（水）                                                                                                                                                                     | 26日（木）                                                                                                                                                                                                                  | 27日（金）                                                                                                                                                                                                                      | 30日（月）                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 献立   | 和菓子の日メニュー<br>□ご飯（小）<br>●牛乳<br>厚揚げのそぼろ煮<br>じゃが芋のみそ汁<br>わらびもち                                                                                                                                     | 氷丘中生徒会<br>リクエストメニュー<br>□麦ご飯（小）<br>●牛乳<br>油淋鶏<br>ボイル野菜<br>タイピーエン                                                                                                                                                                              | 食育の日メニュー<br>□ご飯<br>●牛乳<br>鰯の梅煮<br>ひじき豆<br>ばち汁                                                                                                                                                                                                                | 総体応援メニュー<br>□ご飯（小）<br>●牛乳<br>いかメンチカツ<br>豚肉とアスパラ炒め<br>スパニッシュスープ                                                                                                                                                                                 | 加古川市総合体育大会のため給食はありません                                                                                                                                                                                                                         | □ご飯（小）<br>●牛乳<br>春巻<br>りっちゃんサラダ<br>かつお節（サラダ用）<br>たまねぎドレッシング<br>豚汁                                                                                                                                                                                        | □ご飯（小）<br>●牛乳<br>焼きそば<br>※わかさぎのから揚げ<br>フルーツミックス                                                                                                                                                                     | □コッパン（個包装）<br>●牛乳<br>鶏肉のフレーク焼き<br>グリーンポタージュ                                                                                                                                | □ご飯<br>●牛乳<br>鯖のごまみそ焼き<br>わかめの酢の物<br>けんちん汁                                                                                                                                                                              | □ご飯<br>●牛乳<br>高野の含め煮<br>※ きんぴらごぼう                                                                                                                                                                                           | □ご飯（小）<br>●牛乳<br>豚肉と里芋の煮物<br>ごま和え<br>豆乳プリン                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 副食材料 | ○厚揚げ（10 g 角）<br>○鶏ひき肉<br>▲生姜<br>酒<br>▲グリンピース<br>煮干しだし<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>薄口しょうゆ<br>みりん<br>□でんぶん<br>□じゃが芋<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>○厚揚げ（1 cm 角）<br>▲しめじ<br>▲えのきたけ<br>△ねぎ<br>○みそ<br>煮干しだし<br>□わらびもち 1 袋 | □大麦<br>□強化米<br>○鶏肉<br>□でんぶん<br>■揚げ油<br>▲白ねぎ<br>▲にんにく<br>酢・濃口しょうゆ<br>■三温糖<br>■ごま油<br>▲キャベツ<br>△人参<br>○豚肉<br>○うずら卵水煮<br>○いか<br>○かまぼこ<br>□緑豆春雨<br>▲白菜<br>△人参<br>▲玉ねぎ<br>▲干しいたけ<br>▲生姜<br>ポークブイオン<br>チキンブイオン<br>酒・薄口しょうゆ<br>塩・こしょう<br>■油<br>■ごま油 | ○いわし素焼き 1 切<br>▲梅肉ペースト<br>▲生姜<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>酒・みりん<br>●ひじき<br>○油揚げ<br>○大豆水煮<br>△人参<br>△さやいんげん<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>酒・みりん<br>■ごま油<br>煮干しだし<br>□豆腐<br>○油揚げ<br>▲玉ねぎ<br>▲大根<br>△人参<br>▲えのきたけ<br>△ねぎ<br>○みそ<br>煮干しだし                                          | ○□いかメンチカツ 1 個<br>■揚げ油<br>○豚肉<br>△アスパラガス<br>△たけのこ水煮<br>△人参<br>酒・薄口しょうゆ<br>オイスターソース<br>□砂糖<br>ガーリックパウダー<br>■ごま油<br>○ベーコン<br>△ほうれん草<br>▲とうもろこし<br>▲エリンギ<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>△冷凍トマト<br>▲にんにく<br>■オリーブ油<br>○卵<br>□パン粉<br>ポークブイオン<br>チキンブイオン<br>塩・こしょう |                                                                                                                                                                                                                                               | 春巻 1 個<br>■揚げ油<br>○チキンハム（短冊）<br>▲キャベツ<br>▲とうもろこし<br>▲きゅうり<br>△人参<br>●糸切り昆布<br>○かつお節（サラダ用）<br>たまねぎドレッシング<br>○豚肉<br>○油揚げ<br>△人参<br>▲玉ねぎ<br>□じゃが芋<br>▲大根<br>△ねぎ<br>煮干しだし<br>○みそ                                                                             | □コッパン（個包装） 1 袋<br>□焼きそば麺<br>○豚肉<br>○いか<br>○ちくわ<br>▲キャベツ<br>▲玉ねぎ<br>▲もやし<br>△人参<br>△ねぎ<br>○削り節粉<br>塩・こしょう<br>焼きそばソース（粉）<br>ウスターソース<br>■油<br>酒<br>●わかさぎ<br>塩・こしょう<br>□でんぶん<br>■揚げ油<br>▲パイン缶<br>▲りんごシロップ漬け<br>□白桃ダイゼリー | ○鶏肉<br>塩・こしょう<br>■ノンエッグマヨネーズ<br>□コーンフレーク<br>○ベーコン<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>□じゃが芋<br>▲グリンピースピューレ<br>○白いんげん豆ペースト<br>塩・こしょう<br>ローリエ（粉）<br>■油<br>チキンブイオン<br>ポークブイオン<br>○豆乳<br>○豆乳クリーム | ○さば 1 切<br>○みそ<br>酒・みりん<br>■白ごま<br>□砂糖<br>●わかめ<br>▲キャベツ<br>▲きゅうり<br>△人参<br>□砂糖<br>酢・塩<br>薄口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>○鶏肉<br>○豆腐<br>○油揚げ<br>こんにゃく<br>△人参<br>△さやいんげん<br>■白ごま<br>■ごま油<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>薄口しょうゆ<br>酒・みりん<br>一味唐辛子 | ○鶏肉<br>○高野豆腐（サイコロ）<br>▲玉ねぎ<br>△人参<br>□じゃが芋<br>▲干しいたけ<br>△さやいんげん<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>薄口しょうゆ<br>酒・みりん<br>煮干しだし<br>○豚肉<br>▲ごぼう<br>こんにゃく<br>△人参<br>○ちくわ<br>△さやいんげん<br>■白ごま<br>■ごま油<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>薄口しょうゆ<br>酒・みりん<br>一味唐辛子 | ○豚肉<br>○厚揚げ（10 g 角）<br>▲大根<br>□里芋<br>△人参<br>こんにゃく<br>△さやいんげん<br>□砂糖<br>濃口しょうゆ<br>薄口しょうゆ<br>酒・みりん<br>煮干しだし<br>▲キャベツ<br>▲もやし<br>△人参<br>■白ごま<br>□砂糖<br>薄口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>■ごま油<br>□豆乳プリン 1 個                                                                                                     |

○印…1群 魚、肉、卵、豆、豆製品 ●印…2群 牛乳・乳製品、小魚、海藻 △印…3群 緑黄色野菜 ▲印…4群 その他の野菜、きのこ、果物 □印…5群 米、麺、芋、砂糖 ■印…6群 油脂 ※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。◎麦ごはんやわかめ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。

給食費引落日：6月30日（月）[5月分] ★口座への入金をお願いします★