



令和6年度6月分学校給食予定献立表



笠岡市学校給食センター

日付	こんだてめい	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
3(月)	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ おかかあえ 豆腐のすまし汁	牛乳 ハンバーグ かつお節 豆腐 かまぼこ	だいこん キャベツ もやし きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖
4(火)	《 歯と口の健康週間 》 ごはん 牛乳 いかのかりんとうがらめ たくあんあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 いか 油揚げ みそ	しょうが キャベツ もやし にんじん たくあん たまねぎ だいこん 葉ねぎ	米 でん粉 米油 三温糖 じゃがいも ごま
5(水)	《 神島外中学校 希望献立 》 《 歯と口の健康週間 》 笠岡ラーメン 牛乳 焼きぎょうざ 春雨サラダ プルーン	親鶏肉 牛乳 ハム ぎょうざ	しょうが たまねぎ メンマ もやし 葉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり プルーン	中華めん 三温糖 春雨 ごま油
6(木)	《 歯と口の健康週間 》 もち麦ごはん 牛乳 豆腐と豚肉のうま煮 手作りふりかけ	牛乳 豆腐 豚肉 しらす干し かつお節 たらこ	たまねぎ はくさい にんじん たけのこ 葉ねぎ しめじ しょうが こまつな	米 もち麦 三温糖 ごま油 でん粉 ごま
7(金)	《 歯と口の健康週間 》 きのこ入り炊き込みごはん 牛乳 鮭の塩焼き 甘酢あえ 花切りだいこんのみそ汁	若鶏肉 油揚げ 牛乳 鮭 かまぼこ 豆腐 みそ	まいたけ もやし しめじ 干しいたけ キャベツ にんじん とうもろこし 干しだいこん たまねぎ 葉ねぎ	米 ごま 三温糖
10(月)	《 歯と口の健康週間 》 親子丼 牛乳 しらすあえ ヨーグルト	若鶏肉 卵 かまぼこ 牛乳 しらす干し ヨーグルト	たまねぎ しめじ にんじん 葉ねぎ キャベツ もやし こまつな	米 麦 三温糖 でん粉
11(火)	ごはん 牛乳 ほっけの塩麹焼き ひじきあえ けんちん汁	牛乳 ほっけの塩麹漬 しそひじき 豆腐 油揚げ	はくさい もやし こまつな にんじん だいこん たまねぎ 葉ねぎ	米 こんにゃく ごま油
12(水)	ごはん 牛乳 チキン南蛮(タルタルソース小袋) 塩昆布あえ 厚揚げのみそ汁	牛乳 若鶏肉 塩昆布 厚揚げ わかめ みそ	キャベツ もやし チンゲンサイ にんじん たまねぎ だいこん えのきたけ 葉ねぎ	米 でん粉 米油 三温糖 タルタルソース
13(木)	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のスタミナ炒め わかめ汁 笠岡産ミニトマト	牛乳 豚肉 豆腐 かまぼこ わかめ	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ 赤ピーマン 白ねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ ミニトマト	米 三温糖 でん粉 ごま油
14(金)	パン 牛乳 若鶏肉のマスタード焼き ツナサラダ コーンポタージュ	牛乳 若鶏肉 ツナ ベーコン チーズ	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし たまねぎ マッシュルーム パセリ	パン 三温糖
17(月)	《 地産地消週間 》 牛丼 牛乳 酢の物 甘夏柑	牛肉 牛乳 いか わかめ	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう しめじ 葉ねぎ きゅうり キャベツ 甘夏柑	米 麦 三温糖 こんにゃく ごま 甘夏柑
18(火)	《 地産地消週間 》 ごはん 牛乳 さばのピリ辛みそだれかけ ナムル とうがんスープ	牛乳 さば みそ 鶏ささみ 焼豚	白ねぎ キャベツ 大豆もやし チンゲンサイ にんじん とうがん たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米 三温糖 ごま ごま油
19(水)	《 笠岡小学校 希望献立 》 《 地産地消週間 》 夏野菜カレー 牛乳 コーンサラダ 冷凍みかん	豚肉 牛乳 ハム	たまねぎ かぼちゃ にんじん なす ピーマン さやいんげん トマト にんに く しょうが キャベツ きゅうり	米 麦 じゃがいも
20(木)	《 地産地消週間 》 赤米ごはん 牛乳 ねぶととじゃがいもの磯揚げ 野菜のみそ汁 イラスト味付けのり	牛乳 ねぶと 青さ 油揚げ 豆腐 みそ イラスト味付けのり	たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ 葉ねぎ	米 赤米 じゃがいも 米油
21(金)	《 地産地消週間 》 キャロットパン 牛乳 チキンビーンズ パプリカサラダ 冷凍黄桃	牛乳 大豆 若鶏肉 ツナ	たまねぎ にんじん トマト えだまめ マッシュルーム 赤パプリカ 黄パプリカ キャベツ きゅうり 冷凍黄桃	キャロットパン じゃがいも 黒砂糖
24(月)	《 沖縄の献立 》 沖縄ジュシー 牛乳 ゴーヤチャンプルー ごま酢あえ シークワーサーゼリー	焼豚 塩昆布 牛乳 豚肉 豆腐 卵 鶏ささみ	たけのこ えだまめ にんじん にがうり もやし たまねぎ キャベツ きゅうり 干しいたけ チンゲンサイ	米 三温糖 ごま油 ごま シークワーサーゼリー
25(火)	ごはん 牛乳 あじのもろみ焼き きんぴらごぼう かきたま汁	牛乳 あじ もろみみそ 若鶏肉 さつまあげ 豆腐 茎わかめ かまぼこ 卵	ごぼう にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖 ごま油 ごま でん粉
26(水)	ソフトめんのミートソースかけ 牛乳 アスパラサラダ メロン	牛肉 豚肉 大豆 牛乳 ツナ	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリーンピース アスパラガス キャベツ きゅうり とうもろこし メロン	ソフトめん
27(木)	麦ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き 梅肉あえ 夏野菜のみそ汁	牛乳 豚肉 かつお節 油揚げ わかめ みそ	しょうが キャベツ もやし こまつな にんじん ねり梅 たまねぎ かぼちゃ なす 葉ねぎ	米 麦 三温糖
28(金)	ごはん 牛乳 いわしの甘辛揚げ 五色あえ 赤だし	牛乳 いわし 鶏ささみ 豆腐 油揚げ わかめ みそ	しょうが キャベツ とうもろこし こまつな にんじん たまねぎ なめこ 葉ねぎ	米 でん粉 米油 三温糖