



令和8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
1(月)	親鶏肉入り炊き込みごはん 牛乳 春雨のあえもの 厚揚げのみそ汁	親鶏肉 牛乳 ハム 厚揚げ みそ	ごぼう にんじん しめじ 干しいたけ もやし きゅうり だいこん たまねぎ 葉ねぎ	米 春雨 三温糖 ごま油
2(火)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き ゆかりあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 さば 油揚げ わかめ みそ	キャベツ もやし にんじん しそごはんの素 たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米 じゃがいも
3(水)	ソフトめんのみートソースかけ 牛乳 フレンチサラダ メロン	豚肉 若鶏肉 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 キャベツ きゅうり とうもろこし メロン	ソフトめん サラダ油 三温糖
4(木)	《 歯と口の健康週間 》 ごはん 牛乳 若鶏肉とれんこんの甘酢がらめ しらすあえ わかめのすまし汁	牛乳 若鶏肉 しらす干し 豆腐 わかめ かまぼこ	れんこん キャベツ にんじん こまつな もやし たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 でん粉 サラダ油 三温糖
5(金)	《 歯と口の健康週間 》 梅ちりごはん 牛乳 ひじきと大豆の煮物 野菜のみそ汁	牛乳 若鶏肉 大豆 ひじき さつまあげ 油揚げ みそ	にんじん れんこん グリンピース たまねぎ なす しめじ 葉ねぎ 梅ちりごはんの素	米 こんにゃく 三温糖 ごま
8(月)	《 歯と口の健康週間 》 シーフードピラフ 牛乳 コールスローサラダ オニオンスープ ブルーン	えび いか 牛乳 ツナ ベーコン	たまねぎ にんじん 枝豆 キャベツ きゅうり とうもろこし しめじ パセリ ブルーン	米 パター
9(火)	《 歯と口の健康週間 》 ごはん 牛乳 豚肉のブルコギ とうがんスープ 冷凍みかん	牛乳 豚肉 ウインナー	キャベツ たまねぎ にんじん 白ねぎ りんご にんにく しょうが とうがん しめじ チンゲンサイ みかん	米 ごま 三温糖 ごま油
10(水)	《 歯と口の健康週間 》 ごはん 牛乳 さわらの梅じょうゆかけ 塩昆布あえ かぼちゃのみそ汁	牛乳 さわら 塩昆布 油揚げ わかめ みそ	梅 キャベツ にんじん もやし こまつな かぼちゃ たまねぎ 葉ねぎ	米 黒砂糖
11(木)	ごはん 牛乳 いかのかりんとうがらめ たくあんあえ 油揚げのみそ汁	牛乳 いか 油揚げ みそ	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たくあん たまねぎ 葉ねぎ	米 サラダ油 でん粉 三温糖 ごま じゃがいも
12(金)	レーズンパン 牛乳 若鶏肉のバーベキューソースかけ アスパラサラダ レタススープ	牛乳 若鶏肉 ハム ベーコン 豆腐	にんにく しょうが りんご レモン果汁 アスパラガス キャベツ とうもろこし レタス にんじん たまねぎ えのきたけ	レーズンパン 三温糖
15(月)	《 地産地消週間 》 ひき肉のエスニックごはん 牛乳 海そうサラダ コンソメスープ 一口ゆずレモンゼリー	牛肉 豚肉 牛乳 昆布 糸かまぼこ ベーコン	にんにく たまねぎ 干しいたけ にんじん とうもろこし 枝豆 キャベツ きゅうり もやし だいこん しめじ パセリ ピーマン	米 麦 三温糖 一口ゆずレモンゼリー
16(火)	《 地産地消週間 》 ごはん 牛乳 肉じゃが 梅肉あえ イラスト味付けのり	牛乳 豚肉 がんもどき かつお節 のり	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな キャベツ もやし 梅	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖
17(水)	《 地産地消週間 》 《 陶山小学校 希望献立 》 ちらしずし 牛乳 おかかあえ かきたま汁 豆乳クリーム大福	あなご 卵 えび 牛乳 かつお節 かまぼこ 豆腐	さやいんげん にんじん きゅうり キャベツ もやし たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖 でん粉 豆乳クリーム大福
18(木)	《 地産地消週間 》 ごはん 牛乳 いしもちじゃこのから揚げ ひじきあえ なすのみそ汁	牛乳 いしもちじゃこ ひじき 豆腐 油揚げ みそ	キャベツ にんじん もやし こまつな たまねぎ なす えのきたけ 葉ねぎ	米 サラダ油 でん粉
19(金)	《 地産地消週間 》 パン 牛乳 若鶏肉と夏野菜のトマト煮 コーンサラダ 白桃ジャム	牛乳 若鶏肉 ツナ	たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン なす ズッキーニ トマト マッシュルーム ピーマン キャベツ もやし にんじん とうもろこし	パン じゃがいも 黒砂糖 白桃ジャム ごま
22(月)	ごはん 牛乳 豚肉のピリ辛みそだれかけ 茎わかめの中華あえ 春雨スープ	牛乳 豚肉 みそ 茎わかめ 糸かまぼこ ウインナー	白ねぎ にんにく きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ チンゲンサイ	米 三温糖 ごま 春雨
23(火)	沖縄ジュース 牛乳 ゴーヤチャンプルー もずくあえ	焼豚 塩昆布 牛乳 豚肉 豆腐 卵 もずく 糸かまぼこ	たけのこ 枝豆 にんじん もやし 干しいたけ にがうり きゅうり チンゲンサイ たまねぎ キャベツ	米 三温糖 ごま油 ごま
24(水)	《 大井小学校 希望献立 》 冷やし中華 牛乳 しゅうまい フルーツ白玉	ハム 卵 牛乳 しゅうまい	キャベツ きゅうり もやし にんじん 黄桃 パイン みかん りんご パナナ	中華めん ナタデココ 白玉もち
25(木)	ごはん 牛乳 凍り豆腐のそぼろ炒め かまぼこのすまし汁 納豆	牛乳 若鶏肉 凍り豆腐 かまぼこ 豆腐 納豆	しょうが たまねぎ にんじん 葉ねぎ 干しいたけ 枝豆 えのきたけ	米 三温糖
26(金)	ごはん 牛乳 いわしの甘辛揚げ カリポリあえ ふのみそ汁	牛乳 いわし 油揚げ わかめ みそ	しょうが だいこん きゅうり たくあん にんじん たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米 でん粉 サラダ油 三温糖 ごま 白玉ふ
29(月)	肉みそ丼 牛乳 ごまあえ えのきのすまし汁	若鶏肉 豚肉 みそ 牛乳 豆腐 わかめ かまぼこ	たまねぎ にんじん グリンピース トマト こまつな キャベツ もやし えのきたけ 葉ねぎ	米 麦 三温糖 パター ごま
30(火)	ごはん 牛乳 あじのレモン焼き いろどりあえ 豆腐のみそ汁	牛乳 あじ 鶏ささみ 豆腐 油揚げ わかめ みそ	たまねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン レモン果汁 キャベツ きゅうり 枝豆 にんじん えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖 ねりごま ごま油