



- ☆は手作りおやつです
- ・ 昼食やおやつに麦茶がつかます
- ・ 都合により一部給食が変更になる場合があります
- ・ 0~2才児は「朝のおやつ」がつかます

	献立名	材 料			おやつ	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	午後 午前	午後 午前
1 月	ごはん 鶏肉の寄せ焼き ツナサラダ みそ汁(鮭 タマネギ)	パン/こめ/砂糖/かたくり粉/パン粉/ごま油/エッグケア/サラダ油	鶏ひき肉/みそ/ツナ/牛乳	玉ねぎ/キャベツ/きゅうり/人参/わかめ	☆おにぎり	☆おにぎり牛乳
2 火	ごはん 変わりシウマイ もやしの中華あえ スープ(わかめ ねぎ)	こめ/かたくり粉/砂糖/ごま油/しゅうまいの皮/食パン/マーガリン	豚ひき肉/ウィンナー/チーズ/牛乳	バナナ/玉ねぎ/干し椎茸/生姜/もやし/キャベツ/人参/ねぎ/わかめ/コーン/ピーマン	☆ジャムサンド	☆ビザトースト牛乳
3 水	ごはん 豆腐と豚肉の旨煮 ブロッコリーのごま和え みそ汁(もやし あげ)	食パン/こめ/ごま油/かたくり粉/砂糖/すりごま(白)	豚モモ/豆腐/みそ/油揚げ/牛乳	生姜/人参/キャベツ/さやいんげん/ブロッコリー/もやし	☆おにぎり	お菓子牛乳
4 木	ごはん シュンユイ 千草和え すまし汁(鶏肉 大根)	フランスパン/こめ/かたくり粉/サラダ油/砂糖/ごま油/すりごま(白)	鶏肉モモ/ヨーグルト	生姜/キャベツ/人参/きゅうり/大根	☆おにぎり	ヨーグルト菓子
5 金	ごはん ドライカレー高見オリジナル キャベツのサラダ	パン/こめ/バター/薄力粉/サラダ油/砂糖/ホットケーキの素	豚ひき肉/ハム/牛乳	玉ねぎ/人参/トマト缶/にんにく/生姜/キャベツ	☆マーマレードケーキ	☆マーマレードケーキ牛乳
6 土	ごはん 豚肉とキャベツの炒め わかめサラダ スープ(ねぎ コーン)	パン/こめ/サラダ油/ごま油/砂糖	豚モモ	生姜/キャベツ/わかめ/もやし/人参/ねぎ/コーン/わかめ	☆おにぎり	お菓子
8 月	ごはん 豚肉とねぎの炒め煮 キュウリと人参のマヨネーズ みそ汁(わかめ えのき)	こめ/サラダ油/砂糖/エッグケア	豚モモ/ツナ/みそ/牛乳	バナナ/玉ねぎ/ねぎ/きゅうり/人参/ブロッコリー/わかめ/えのきたけ/みかん缶/パイン缶	☆おにぎり	☆フルーツヨーグルト和え
9 火	ごはん 炒り豆腐 キャベツの塩昆布和え みそ汁(カボチャ タマネギ)	食パン/こめ/サラダ油/砂糖/ごま油	豆腐/鶏ひき肉/みそ	玉ねぎ/人参/さやいんげん/干し椎茸/キャベツ/塩昆布/かぼちゃ	☆おじゃ	☆あじさいゼリー
10 水	ごはん 鮭の照り焼き キャベツとみかんのサラダ ラーメンみそスープ	こめ/サラダ油/砂糖/中華めん	さけ/豚ひき肉/みそ/牛乳	オレンジ/キャベツ/きゅうり/みかん缶/ねぎ/コーン/わかめ/生姜/にんにく	☆おにぎり	お菓子牛乳
11 木	ごはん チキンチキンごぼう もやしのおかかあえ みそ汁(ジャガイモ アサツ	フランスパン/こめ/かたくり粉/サラダ油/砂糖/じゃがいも/ホットケーキの素	鶏肉モモ/糸けつり/みそ/豆腐/牛乳	ごぼう/もやし/きゅうり/人参/あさつき	☆お豆腐パン	☆お豆腐パン牛乳
12 金	食パン ハンバーグ ほうれん草とコーンのソテー スープ(もやし ハム)	パン/食パン/かたくり粉/砂糖/バター/こめ	豚ひき肉/豆乳/ハム	玉ねぎ/ほうれん草/コーン/もやし	☆おにぎり	グレープゼリーお菓子
13 土	ごはん 焼肉 お浸し(キャベツ 人参) みそ汁(ふ ねぎ)	パン/こめ/サラダ油/麩	豚モモ/糸けつり/みそ	生姜/にんにく/玉ねぎ/ピーマン/キャベツ/人参/ねぎ	☆おにぎり	お菓子
15 月	食パン チキンマカロニグラタン ブロッコリーのサラダ スープ(コーン タマネギ)	パン/食パン/マカロニ/サラダ油/バター/薄力粉/パン粉/砂糖/コーンフレーク/こめ	鶏肉モモ/牛乳/スキムミルク/粉チーズ/ハム	玉ねぎ/ブロッコリー/人参/きゅうり/コーン	☆おじゃ	お菓子牛乳
16 火	ごはん なす入り麻婆豆腐 パンサンスー 中華スープ	フランスパン/こめ/サラダ油/ごま油/砂糖/かたくり粉/はるさめ	豆腐/豚ひき肉/みそ/豆乳/牛乳	人参/なす/ピーマン/ねぎ/にんにく/きゅうり/コーン/わかめ/バナナ/レモン	☆バナナケーキ	☆バナナケーキ牛乳
17 水	ごはん かじきのパン粉焼き 切干大根のコマサラダ すまし汁(鶏肉 ねぎ)	パン/こめ/パン粉/サラダ油/すりごま(白)/エッグケア	かじき/みそ/鶏肉モモ/牛乳	切干しだいこん/きゅうり/人参/コーン/ねぎ	☆おにぎり	コーンフレーク牛乳

☆ ひかじくみのリクエストメニュー ☆

山口県の

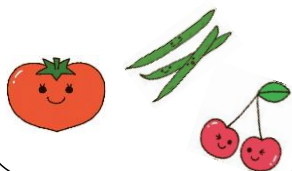


- ☆は手作りおやつです
- ・ 昼食やおやつに麦茶がつきます
- ・ 都合により一部給食が変更になる場合があります
- ・ 0~2才児は「朝のおやつ」がつきます

	献立名	材 料			おやつ	午後	おやつ	午後
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	乳 児	午前	幼 児	午前
18 木	ごはん ブルコギ キャベツと人参の和え物 わかめの生姜スープ	こめ/サラダ油/ごま油 /薄力粉/じゃがいも/ 砂糖/粉糖	豚モモ/豆乳/牛乳	バナナ/にんにく/もやし /人参/ピーマン/ キャベツ/のり/ねぎ/ わかめ/生姜	☆こふき芋		☆ポテトドーナツ 牛乳	
					バナナ			
19 金	ごはん 鮭のみそマヨネーズ焼 大豆とひじきの煮物 すまし汁(鶏肉 ねぎ)	パン/こめ/エッグケア /サラダ油/砂糖	さけ/みそ/大豆/油 揚げ/鶏肉モモ/牛乳	人参/干ひじき/さやい んげん/ねぎ	☆キャラメルプリン		☆キャラメルプリン	
					ばん			
20 土	ごはん 鶏肉と玉ねぎの炒め 大根ときゅうりのサラダ みそ汁(わかめ ねぎ)	パン/こめ/サラダ油/ エッグケア/砂糖	鶏肉モモ/みそ	玉ねぎ/大根/きゅうり /人参/わかめ/ねぎ	☆おにぎり		お菓子	
					ばん			
22 月	ごはん チキンカレー キャベツとチーズのサラダ	パン/こめ/サラダ油/ エッグケア/砂糖	鶏肉むね/牛乳/ハム /チーズ	玉ねぎ/人参/ほうれん そう/グリーンピース/ キャベツ/きゅうり	☆おにぎり		お菓子 牛乳	
					ばん			
23 火	ごはん みそ豚 じゃがいものきんぴら みそ汁(あさつき 大根)	こめ/じゃがいも/サラ ダ油/砂糖/食パン/ エッグケア	豚モモ/みそ/豚モモ /ツナ/牛乳	バナナ/ねぎ/キャベツ /人参/ピーマン/あさ つき/大根/きゅうり/ 玉ねぎ	☆ツナきゅうりサンド		☆ツナきゅうりサンド 牛乳	
					バナナ			
24 水	食パン 鶏肉のキャロット焼き フレンチサラダ スープ(えのき ハム)	パン/食パン/エッグケ ア/サラダ油/砂糖/こ め	鶏肉モモ/ハム/牛乳	人参/キャベツ/きゅう /みかん缶/干しぶどう /えのきたけ	☆おじゃ		お菓子 牛乳	
					ばん			
25 木	ごはん 豆腐と豚肉のチャンプル かぼちゃの含め煮 すまし汁(ネギ 麩)	こめ/サラダ油/砂糖/ 薄力粉/エッグケア	豆腐/豚モモ/あおの り/牛乳/ウインナー	バナナ/人参/もやし/ 生姜/かぼちゃ/ねぎ/ キャベツ	☆お好み焼き		☆お好み焼き 牛乳	
					果物(バナナ)			
26 金	ごはん 煮魚(かじき) ブロッコリーのゴママヨ みそ汁(もやし ふ)	パン/こめ/砂糖/エッ グケア/すりごま(白) /麩/食パン/マーガリ ン	かじき/ツナ/みそ/ きな粉/牛乳	生姜/ブロッコリー/ きゅうり/人参/もやし	☆きなごサンド		☆きなごサンド 牛乳	
					ばん			
27 土	ごはん 豚肉の生姜焼き 浅漬(大根) みそ汁(ワカメ タマネギ)	パン/こめ/サラダ油/ ごま油	豚モモ/みそ	生姜/玉ねぎ/大根/人 参/わかめ	☆おにぎり		お菓子	
					ばん			
29 月	ごはん チンジャオロースー 大根の塩昆布和え 春雨スープ	こめ/かたくり粉/サラ ダ油/砂糖/はるさめ/ 食パン/コーンスターチ	豚モモ/鶏ひき肉/牛 乳	バナナ/人参/ピーマン /もやし/たけのこ(ゆ で)/大根/キャベツ	☆ジャムサンド		☆ココアクリームサンド 牛乳	
					バナナ			
30 火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース キャベツとツナのサラダ みそ汁(かぼちゃ 豆腐)	食パン/こめ/砂糖/サ ラダ油/かたくり粉	鶏肉モモ/ツナ/みそ /豆腐/牛乳/きな粉	生姜/パイン缶/玉ねぎ /キャベツ/きゅうり/ かぼちゃ	☆おじゃ		☆ミルクもち	
					食パン			

旬の食材

- いんげん きゅうり
- トマト そら豆
- ピーマン さくらんぼ
- 夏みかん あゆ かつお
- あじ など



給食で日本一周をしよう!

6月は 山口県

6/11(木) チキンチキンごぼう

チキンチキンごぼう とは?

鶏肉とごぼうを唐揚げにして、甘辛のたれをからめた料理です

学校給食から誕生したメニューのようです



やまぐちけん
山口県