

令和6年6月 学校給食予定献立表

日 (曜)	こんだて		体の調子を整える食品						その他 調味料	おやつ	
			体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品				
			1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無機質 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 ビタミン・無機質 その他の野菜 果物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂			
3 (月)	主食	ごはん						ごはん			
	主菜	ハンバーグおろしソースかけ	★ハンバーグ			大根 長ねぎ		砂糖 小麦粉		しょうゆ 酒 みりん	
	副菜	ごまあえ			ほうれん草 にんじん	キャベツ		砂糖	ごま	しょうゆ	
		じゃがいもとわかめのみそ汁	油揚げ みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ しめじ		じゃがいも		混合だし	
他	牛乳		牛乳								
4 (火)	主食	ドッグパン						ドッグパン			
	主菜	フルーツクリーム		カッテージチーズ 生クリーム ヨーグルト	★にんじん砂糖漬け	★パイナップル ★みかん		砂糖			
	主菜	ミートボールのトマト煮	★ミートボール		トマト にんじん	たまねぎ 枝豆		じゃがいも 小麦粉 砂糖	油	野菜フイオン ★ウスターソース グチャップ 塩 こしょう	
	副菜	キャベツときのこのスープ			ほうれん草 にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ マッシュルーム				野菜フイオン 塩 こしょう	
他	牛乳		牛乳								
5 (水)	主食	ごはん						ごはん			
	主菜	いわしの生妻煮	★いわしの生妻煮								
	副菜	こんぶあえ	★かまぼこ	塩こんぶ		キャベツ きゅうり			ごま		
	他	牛乳		牛乳							
6 (木)	主食	麦ごはん						麦ごはん			
	主菜	チキンとコーンのカレー	鶏肉		にんじん	たまねぎ にんにく グリーンピース フルーン とうもろこし		じゃがいも	油	★カレー粉 ★中濃ソース グチャップ ガラムマサラ カレー粉	
	副菜	大根とわかめのサラダ	ハム	わかめ	にんじん	大根 きゅうり にんにく			油	酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳							
7 (金)	主食	はちみつパン						はちみつパン			
	主菜	チキンのマスタードマヨ焼き	鶏肉			たまねぎ にんにく しょうが			ノンエッグマヨネーズ 油	★粒マスタード こしょう	
	副菜	フレンチサラダ	ハム		ブロッコリー にんじん	きゅうり とうもろこし			オリーブオイル	酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳		キャベツ たまねぎ				野菜フイオン 塩 こしょう	
10 (月)	主食	ごはん						ごはん			
	主菜	豚肉とにらのそぼろ炒め	豚肉 大豆 みそ		にら	たまねぎ にんにく しょうが とうもろこし		砂糖	油	しょうゆ 酒 みりん -味唐辛子	
	副菜	もやしとピーマンのおかあえ	かつお節		ピーマン にんじん	もやし		三温糖	油	しょうゆ 酢	
	他	牛乳		牛乳		大根 長ねぎ	ごぼう	じゃがいも こんにゃく	ごま油	混合だし	
11 (火)	主食	ソフトメン						ソフトメン			
	主菜	ちりめんじゃこと大豆の手作りかき揚げ	大豆	ちりめんじゃこ	にんじん	たまねぎ		さつまいも 小麦粉	油		
	副菜	油揚げと野菜のあえもの	油揚げ		にんじん	キャベツ きゅうり もやし しょうが				しょうゆ	
	他	牛乳		牛乳		ごぼう しめじ 長ねぎ				混合だし しょうゆ 塩 みりん	
12 (水)	主食	ごはん						ごはん			
	主菜	野菜いっぱいマーボー豆腐	豆腐 豚肉 大豆 みそ		にんじん にら	大根 たまねぎ しいたけ にんにく 長ねぎ		小麦粉 砂糖	油 小麦粉	ごま油	チキンガラスープ 塩 しょうゆ -味唐辛子
	副菜	キャベツとウインナーのソテー	ウインナー		チンゲン菜 にんじん	キャベツ	とうもろこし			油	野菜フイオン 塩 こしょう
	他	牛乳		牛乳							
13 (木)	主食	ごはん						ごはん			
	主菜	豚肉のしょうが焼き	豚肉		ピーマン	たまねぎ しょうが		砂糖	油	しょうゆ 酒 みりん	
	副菜	もやしとにらのあえもの			にんじん にら	もやし		三温糖	ごま油	しょうゆ	
	他	牛乳		牛乳		しいたけ たまねぎ		小麦粉		混合だし しょうゆ 塩	
14 (金)	主食	米パン						米パン			
	主菜	マカロニのクリーム煮	鶏肉	生クリーム 牛乳	ブロッコリー にんじん	たまねぎ しめじ		マカロニ じゃがいも 小麦粉	無塩バター 油	野菜フイオン 塩 こしょう	
	副菜	ハムサラダ	ハム		ほうれん草 にんじん	とうもろこし キャベツ レモン			油	粒マスタード 酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳							

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町の食材は、米・にらです。
ひめ丸くんウィークの茨城町の食材は、米・じゃがいも・ごぼう・大根・たまねぎ・にんじん・長ねぎ・
ピーマン・キャベツ・きゅうり・チンゲン菜・ほうれん草・さつまいも・メロンです。
茨城県の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・豚肉です。



茨城町のマスコットのひめ丸くんです。
ひめ丸くんのマークが付いている食材は 茨城町産 です。

茨城町学校給食共同調理場

日曜	こんだて	体の調子を整える食品						その他調味料	おやつ
		体のなかでの主な活動							
		1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無機質 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 ビタミン・無機質 その他の野菜 果物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂		
17 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	厚揚げと里芋の煮物	豚肉 厚揚げ	にんじん	たまねぎ たけのこ 長ねぎ しんじけ		里芋 砂糖 ごんにゃく		しょうゆ 酒 みりん
	副菜	しょうがあげ		にんじん	キャベツ もやし きゅうり				しょうゆ
		枝豆フリッター					★枝豆フリッター		
他	牛乳		牛乳						
18 (火)	主食	ミルクパン					ミルクパン		
	主菜	カマンベールチーズクロック					★カマンベールチーズクロック	油	
	副菜	コールスロー		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし			油 ノンエッグマヨネーズ	酢 塩 こしょう
		白菜と豚肉のスープ	豚肉	ほうれん草 にんじん	白菜 しめじ たまねぎ			油	チキンガラスープ 塩 こしょう
他	牛乳		牛乳						
19 (水)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	揚げぎょうざ	★ぎょうざ					油	
	副菜	切干し大根とくらげの中巻あえ	★くらげ	にんじん	キャベツ きゅうり 切干し大根		砂糖	ごま ごま油 油	しょうゆ 酢
		春雨とチンゲン菜のスープ	豚肉	チンゲン菜	白菜 たけのこ えのきだけ 長ねぎ		春雨	ごま油	チキンガラスープ しょうゆ 塩 こしょう
他	牛乳		牛乳						
20 (木)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	鮭のピリ辛ソース	★鮭切身でん粉付き		長ねぎ しょうが			油	しょうゆ みりん 酒 一味唐辛子
	副菜	酢しょうゆあえ		にんじん	キャベツ もやし きゅうり			ごま油	しょうゆ 酢
		豆乳みそ汁	みそ 豆乳	ほうれん草 にんじん	白菜 長ねぎ		さつまいも		混合だし
他	牛乳		牛乳						
21 (金)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	チリビーンズ	豚肉 ワインナー 赤いんげん豆	トマト パセリ にんじん	たまねぎ セロリ にんにく		じゃがいも	油	ケチャップ 野菜フイヨン 塩 ★ウスターソース こしょう 一味唐辛子 チリパウダー
	副菜	ハムと野菜のマリネ	ハム	にんじん	きゅうり たまねぎ キャベツ			オリーブオイル	酢 塩 こしょう
	他	コーヒー牛乳のもと					★コーヒー牛乳のもと		
他	牛乳		牛乳						
24 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	さばのごまみそがけ	★さば切身でん粉付き みそ		しょうが		砂糖	油 ごま	しょうゆ みりん 酒
	副菜	からしあえ	★かまぼこ	小松菜 にんじん	キャベツ				しょうゆ からし粉
		沢庵梅	豚肉 みそ	にんじん	大根 ごぼう 長ねぎ		里芋 しらたき		混合だし しょうゆ 酒 塩 こしょう
他	牛乳		牛乳						
25 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン		
	主菜	肉まん	★肉まん						
	副菜	コーンサラダ		にんじん	とうもろこし 枝豆 キャベツ きゅうり			油	酢 塩 こしょう
		わかめうどん汁	鶏肉	わかめ	にんじん	大根 たけのこ えのきだけ 長ねぎ			混合だし しょうゆ みりん 塩
他	牛乳		牛乳						
26 (水)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	いかカツ	★いかカツ					油	
	副菜	ごぼうサラダ	ハム みそ	にんじん	ごぼう キャベツ きゅうり		砂糖	ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ みりん
		模範汁	鶏肉 油揚げ 豆腐	にんじん	大根 れんこん 長ねぎ		里いも		混合だし しょうゆ 塩 みりん
他	牛乳		牛乳						
27 (木)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	親子煮	鶏肉 卵	にんじん	たまねぎ グリーンピース		じゃがいも しらたき 砂糖	油	しょうゆ みりん
	副菜	ピリ辛あえ		ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし にんにく		砂糖	ごま油	しょうゆ 酢 塩 一味唐辛子
	他	みかんゼリー					★みかんゼリー		
他	牛乳		牛乳						
28 (金)	主食	ミルクパン					ミルクパン		
	主菜	タンダーチキン	鶏肉	ヨーグルト	たまねぎ にんにく			オリーブオイル	カレー粉 しょうゆ 塩 こしょう パプリカ粉
	副菜	バジルポテト		にんじん	たまねぎ		じゃがいも	油	★バジルソース こしょう
		ビーンズスープ	ワインナー ひよこ豆 赤いんげん豆	パセリ にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ				野菜フイヨン 塩 こしょう
他	牛乳		牛乳						

☆海藻類（ひじき・わかめ・青のり等）小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。