

令和6年度



6月 よていこんだてひょう



きゅうしょくもくひょう ていねい てあら

えいせいてき みじたく

給食目標「丁寧に手洗いをして、衛生的な身支度をしよう！」

日野市立潤徳小学校

日	こんだてめい	牛乳	ちやにくになるもの	ねつやちからになるもの	からだのちやうしをととのえるもの	エネルギー たんぱく質	こんだてメモ
3月	はちみつバタートースト のりサラダ ポークビーンズ	○	 ぎゅうにゅう,のり,ぶたにく,だいず	しょくパン,バター,はちみつ,あぶら,さとう,かたくりこ,じゃがいも	ほうれんそう,えのきたけ,もやし,たまねぎ,にんにく,にんじん,マッシュルーム,トマト	588 kcal 25.6 g	★保護者の方へ★ 今月は生の「さくらんぼ」「すいか」「パイナップル」と、先月に引き続き「メロン」を提供予定です。 これらはアレルギーが心配される生果物です。まだ食べたことがない場合は事前にお家で食べさせていただき、アレルギー反応が出ないか確認をしてください。よろしくお願いいたします。 
4火	カミカミごはん いかのかりんとうあげ アーモンドあえ ごじる	○	ぎゅうにゅう,だいず,ちりめんじゃこ,いか,ぶたにく,みそ	こめ,げんまい,あぶら,さとう,かたくりこ,じょうしんこ,アーモンド,あぶら,こんにやく,じゃがいも	ごぼう,しょうが,こまつな,もやし,にんじん,だいこん,ぶなしめじ	558 kcal 27.6 g	
5水	ハヤシライス こんにやくサラダ メロン	○	ぎゅうにゅう,ぶたにく,チーズ 	こめ,あぶら,こむぎこ,バター,なまクリーム,こんにやく,さとう	にんにく,たまねぎ,マッシュルーム,にんじん,トマト,キャベツ,きゅうり,コーン,メロン	614 kcal 20.4 g	
6木	ごはん さわらのてりあげ こまつなのおひたし すましじる	○	ぎゅうにゅう,さわか,かつおぶし,かまぼこ,わかめ	こめ,かたくりこ,あぶら,さとう	こまつな,キャベツ,もやし,にんじん,ながねぎ,だいこん	559 kcal 24.6 g	
7金	ごはん むしどりのねぎだれかけ ちくわいりごまあえ いなかじる	○	ぎゅうにゅう,だいず,のり,ししゃも,ぶたにく,とうふ	こめ,あぶら,さとう,かたくりこ,ごま,こんにやく,じゃがいも	しょうが,にんにく,ながねぎ,こまつな,もやし,にんじん,ごぼう,だいこん 	560 kcal 29 g	
10月	ごはん ユーリンチー やさいのしおナムル クッパスープ	○	ぎゅうにゅう,いなだ,みそ,ちりめんじゃこ,あぶらあげ,ベーコン,みそ 	こめ,かたくりこ,あぶら,さとう	しょうが,にんにく,ながねぎ,キャベツ,きゅうり,こまつな,にんじん,もやし	585 kcal 27.0 g	【新1年生対象】 ★給食試食会参加 申込済の保護者の方へ★ 参加決定日と内容の詳細を記載したお手紙を配布いたしました。 お手元に届きましたらご確認ください。 当日はどうぞよろしく お願いいたします！
11火	ごはん かつおとこうやどふのあげ こまつなのからししょうゆあえ ごまみそしる	○	ぎゅうにゅう,かつお,こうやどふ,ベーコン,あぶらあげ,みそ	こめ,かたくりこ,あぶら,さとう,じゃがいも,ごま	しょうが,ながねぎ,こまつな,もやし,えのきたけ,にんじん,たまねぎ	582 kcal 27.1 g	
12水	たんたんめん いもとじゃこのかわりあげ	○	ぎゅうにゅう,ぶたにく,みそ,ちりめんじゃこ	ちゅうかめん,あぶら,ごま,さとう,じゃがいも	しょうが,にんにく,たまねぎ,ながねぎ,チンゲンサイ	573 kcal 24.3 g	
13木	とよまどん やさいのみそしる すいか 	○	ぎゅうにゅう,とりにく,たまご,わかめ,みそ	こめ,あぶら,やきふ,さとう,じゃがいも	たまねぎ,にんじん,しいたけ,さやいんげん,キャベツ,すいか	560 kcal 22.8 g	
14金	あじさいごはん あつあげのねぎだれかけ しょうがきゅうり みそけんちんじる	○	ぎゅうにゅう,とりにく,たまご,ぶたにく,だいず,あぶらあげ,みそ	こめ,もちごめ,くろまい,あぶら,さとう,かたくりこ,さといも,こんにやく	えだまめ,しょうが,にんにく,ながねぎ,きゅうり,ごぼう,にんじん,だいこん	596 kcal 25.8 g	
17月	ごはん とりにくのごまだれやき こまつなとひじきのあえもの さつまじる 	○	ぎゅうにゅう,とりにく,ひじき,ぶたにく,とうふ,みそ	こめ,あぶら,さとう,ごま,じゃがいも,こんにやく	にんにく,しょうが,ながねぎ,にんじん,もやし,こまつな,ごぼう,だいこん	534 kcal 26.8 g	
18火	ホイコーローどん はるさめスープ シュガーアーモンド	○	ぎゅうにゅう,ぶたにく,みそ	こめ,あぶら,さとう,かたくりこ,はるさめ,あぶら,アーモンド	にんにく,しょうが,しいたけ,にんじん,キャベツ,たまねぎ,ながねぎ,ぶなしめじ,コーン,チンゲンサイ	601 kcal 25.1 g	
19水	ごはん とりにくのてりやきソースかけ じゃこいりにびたし とんじる	○	ぎゅうにゅう,とりにく,ちりめんじゃこ,あぶらあげ,ぶたにく,みそ	こめ,さとう,かたくりこ,あぶら,じゃがいも,こんにやく	こまつな,にんじん,もやし,ごぼう,だいこん,ながねぎ	560 kcal 31.4 g	
20木	アーモンドあげパン えだまめサラダ チキンヌードルスープ さくらんぼ 	○	ぎゅうにゅう,ハム,とりにく	パン,あぶら,さとう,アーモンド,スパゲッティ	にんじん,キャベツ,えだまめ,コーン,にんにく,セロリー,たまねぎ,さくらんぼ	572 kcal 21.4 g	
21金	たこめし もうかさめのたつたあげ トマトにくじゃが	○	ぎゅうにゅう,たこ,あぶらあげ,さめ,ぶたにく	こめ,もちごめ,さとう,かたくりこ,あぶら,じゃがいも	しいたけ,にんじん,こまつな,にんにく,しょうが,たまねぎ,トマト,さやいんげん	683 kcal 32.3 g	
24月	タコライス もずくいりかきたまじる パインアップル 	○	ぎゅうにゅう,ぶたにく,だいず,チーズ,たまご,とうふ,もずく	こめ,あぶら,さとう,かたくりこ	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,パプリカ,トマト,キャベツ,ながねぎ,ほうれんそう,パインアップル	557 kcal 22.8 g	
25火	ごはん チキンのジェノベーゼソース コーンとあおなのサラダ ミネストローネ	○	ぎゅうにゅう,とりにく,ベーコン	こめ,あぶら,さとう,じゃがいも,マカロニ	にんにく,こまつな,コーン,レモン,にんじん,セロリー,たまねぎ,トマト,キャベツ	558 kcal 25.2 g	
26水	ごはん さばのこうみやき のりずあえ とりごぼうじる 	○	ぎゅうにゅう,さば,みそ,のり,とりにく,あぶらあげ,とうふ	こめ,あぶら,こんにやく	にんにく,しょうが,ながねぎ,こまつな,もやし,にんじん,ごぼう,だいこん	560 kcal 28.3 g	
27木	スパゲティミートソース アーモンドサラダ	○	ぎゅうにゅう,ぶたにく,チーズ	スパゲッティ,あぶら,さとう,バター,こむぎこ,アーモンド	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,トマト,キャベツ,きゅうり,コーン	566 kcal 24.1 g	
28金	しぐれごはん きびなごのからあげ シーホーどうふ れいとうみかん 	○	ぎゅうにゅう,ぶたにく,みそ,きびなご,とうふ	こめ,あぶら,さとう,かたくりこ	しょうが,ごぼう,にんじん,さやいんげん,にんにく,トマト,たけのこ,ながねぎ,みかん	629 kcal 26.2 g	

☆今月の日野産食材【 たまねぎ・こまつな・じゃがいも・きゅうり・キャベツ・黒米・たまご 】☆

※材料の都合により、献立が変更になる場合があります。

※6月の給食費は、【6月17日(月)】に引き落とし予定です。残高のご確認をお願いいたします。

※日野市の学校給食では、そば、ピーナッツ、キウイフルーツ、ピーカンナッツ、ピスタチオ、ヘーゼルナッツ、マカデミアナッツは使っていません。ただし、同食品工場で左記の食材を扱う可能性があります。