

2026年
(給食回数22回)



6月

こんだてひょう



おいらせ町立学校給食センター
第224号
(アレルギー用)

今月の目標～よくかんで食べよう

日	主食	牛乳	お か す	た べ も の の は た ら き			備考 (希望者には、飲用牛乳及びジョアを 麦茶へ変更して提供しています)
				赤 ちやくやく ほねをつくる	黄 ねつやちから のもとになる	緑 からだのちようし をとのえる	
1 (月)	ごはん		わかめスープ えびシューマイ (2ケ) チンジャオロース	ぎゅうにゅう わかめ えびシューマイ ぶたにく	ごはん いたふ ごま さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ えのきだけ たけのこ にんにく しょうが ピーマン パプリカ ながねぎ	
2 (火)	ごはん		せんべいじる いわしうめに ほうれんそうのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく いわしうめに	ごはん おつゆせんべい ごま	にんじん ごぼう ながねぎ はくさい こんにゃく ほししいたけ ほうれんそう もやし	
3 (水)	むぎごはん		ぎゅうどん てっこつサラダ ブルーベリークレープ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ひじき ちりめんじゃこ だいず	むぎごはん さらめ ごまドレッシング ブルーベリークレープ	にんにく しょうが たまねぎ こんにゃく グリーンピース ブロックリー	てっこつサラダ (チーズ除去)
4 (木)	ごはん		しじみじる ハンバーグ ながいもとごぼうの マーボーふう	ぎゅうにゅう しじみ みそ ハンバーグ ぶたひきにく	ごはん ながいも ごまあぶら	ごぼう ながねぎ にんにく しょうが にら	
5 (金)	ちゅうか めん		しょうゆラーメン はるまき アスパラサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく はるまき ツナ なた	ちゅうかめん あぶら ノンエッグマヨネーズ	にんじん メンマ はくさい もやし きくらげ にら アスパラガス きゅうり コーン	
8 (月)	わかめ ごはん		とりじる あじフリッター (1・2年1ケ、3年~2ケ) もやしのごまサラダ	ぎゅうにゅう とりにく こうやどうふ あじフリッター	わかめごはん いたふ ごま ごまドレッシング	にんじん はくさい ほししいたけ ながねぎ こんにゃく ごぼう もやし ごまつな	
9 (火)	ごはん		キャベツのみそじる トマトソースにくだんご (小1・2年1ケ、3年~2ケ) きりほしだいこんのブルコギ	ぎゅうにゅう みそ なまあげ トマトソースにくだんご ぶたにく	ごはん ごま さとう ごまあぶら	にんじん キャベツ きりほしだいこん ほししいたけ しょうが パプリカ いんげん こんにゃく	
10 (水)	ごはん		けんちんじる メンチカツ はるさめサラダ	ジョア どうふ あぶらあげ メンチカツ ハム	ごはん ごまあぶら あぶら はるさめ ごまドレッシング	にんじん だいこん ごぼう こんにゃく ながねぎ ほししいたけ きゅうり	
11 (木)	すこやか ロール		コーンポタージュ フィレオチキン ココロサラダ ハニーメイプル	ぎゅうにゅう どうふ フィレオチキン ハム	すこやかロール ハニーメイプル ポタージュルウ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ コーン パセリ きゅうり えだまめ	スライスパン→すこやかロール コーンポタージュ (乳成分除去)
12 (金)	むぎごはん		チキンカレー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう とりにく	むぎごはん じゃがいも カレールウ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご みかん もも	チキンカレー (乳成分不使用) フルーツ杏仁→フルーツポンチ
15 (月)	ごはん		じゃがいものみそじる てりやきハンバーグ キャベツのドレッシングあえ	ぎゅうにゅう みそ あぶらあげ こうやどうふ てりやきハンバーグ チキンフレーク	ごはん じゃがいも ごまドレッシング	にんじん いんげん キャベツ きゅうり パプリカ	
16 (火)	ごはん		へっちょくだんごじる さばのにつけ ブロックリーのごまぼんすあえ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ さばにつけ かまぼこ	ごはん へっちょくだんご ごま さとう	にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ ながねぎ ブロックリー きゅうり	
17 (水)	ごはん		ちゅうかスープ ぎょうざ (小1・2年1ケ、3年~2ケ) あおもりがバオ りんごちゃんゼリー	ぎゅうにゅう とうふ ぎょうざ とりひきにく ぶたひきにく だいず	ごはん さとう りんごちゃんゼリー いたふ	にんじん ながねぎ しいたけ たまねぎ ピーマン パプリカ にんにく しょうが パジル ごぼう	たまごスープ→中華スープ
18 (木)	ごはん		ほたてじる とりつくねげんたれソースがけ にくなが	ぎゅうにゅう みそ ほたて こうやどうふ とりつくね ぎゅうにく	ごはん ながいも さとう	にんじん キャベツ ながねぎ こんにゃく たまねぎ しょうが グリーンピース	
19 (金)	ねばりこ しうどん		とりしおうどん コロケ ツナサラダ アーモンドカル (中学校のみ)	ぎゅうにゅう とりにく なた ツナ ござかな	ねばりこしうどん コロケ あぶら ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ アーモンド	にんじん にんにく キャベツ えのきだけ ながねぎ ほうれんそう もやし たまねぎ コーン	
22 (月)	ごはん		えびボールスープ コーンシューマイ (2ケ) ぶたにくいため	ぎゅうにゅう えびボール コーンシューマイ ぶたにく	ごはん ごまあぶら	にんじん しめじ たけのこ チンゲンサイ パプリカ ビーマン ながねぎ きりほしだいこん たまねぎ	
23 (火)	ごはん		とうふとわかめのみそじる チキンカツ ごまつなのナムル	ぎゅうにゅう とうふ わかめ みそ あぶらあげ チキンカツ ツナ	ごはん あぶら ドレッシング ごま	にんじん ながねぎ ごまつな もやし	
24 (水)	ごはん		どんじる いわしのみそに もやしあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ こうやどうふ いわしのみそに かまぼこ	ごはん じゃがいも ドレッシング	にんじん にんにく ごぼう こんにゃく しめじ キャベツ ながねぎ もやし きゅうり	
25 (木)	すこやか ロール さとう		うみやさいのスープ ポークウィンナー チリビーンズ	ぎゅうにゅう ひじき わかめ ポークウィンナー ぶたひきにく だいず ミックスビーンズ	すこやかロールさとう はるさめ ごまあぶら さとう	にんじん もやし ながねぎ たまねぎ にんにく トマト	コッペパン→すこやかロール黒糖 うみやさいのスープ (卵除去)
26 (金)	むぎごはん		ポークカレー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく	むぎごはん じゃがいも カレールウ ゼリー	にんじん たまねぎ にんにく しょうが みかん バイン ゼネラルレクラーク	ポークカレー (乳成分除去)
29 (月)	ごはん		にくだんごとはるさめのスープ てりやきチキン ピビンバ	ぎゅうにゅう つくね なた てりやきチキン ぶたにく	ごはん はるさめ ごまあぶら さとう ごま	にんじん きくらげ チンゲンサイ ながねぎ たけのこ もやし にんにく しょうが にら	目玉焼き→てりやきチキン
30 (火)	ごはん		オニオンスープ デミソースハンバーグ ながいものガーリックいため	ぎゅうにゅう ペーコン デミソースハンバーグ ぶたにく	ごはん ながいも マーガリン	にんじん たまねぎ パセリ コーン えのきだけ ごまつな にんにく パプリカ	