

《2026年6月分 学校給食 献立及び材料表》

小学校 小中学生

関市学校給食センター

(単位:グラム)

日	6月1日月	6月2日火	6月3日水	6月4日木	6月5日金	6月8日月	6月9日火	6月10日水	6月11日木	6月12日金	6月15日月
献立及び材料 (小学校小中学生)	麦ごはん	麦ごはん	黒コッペパン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	うどん	米粉コッペパン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん
	70	70	55	70	70	70	70	55	70	70	70
	米粒麦	米粒麦	牛乳200ml	米粒麦	米粒麦	米粒麦	牛乳200ml	牛乳200ml	米粒麦	米粒麦	米粒麦
	7	7	206	7	7	7	206	206	7	7	7
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml
	206	206	206	206	206	206	206	206	206	206	206
	ハンバーグ照り焼きソース	さんまのみぞれ煮	いかナゲット	ひとち豆乳ドーナツきなこ味	鶏肉のしょうが焼き	きびなごフライ	かぼちゃ	大豆ハンバーグ	飛騨牛コロッケ	さわらの西京焼き	揚げギョウザ
	60	40	40	30	60	35	30	50	50	50	36
	三温糖	たまねぎ汁	なたね油	なたね油	鶏もも肉	なたね油	なたね油	三温糖	なたね油	なたね油	なたね油
	1.5	0.25	0.25	3	0.1	0.1	0.1	3	5	5	3.6
	こいくちしょうゆ	なたね油	なたね油	きなこ	こしょう	こしょう	マーボー豆腐	水	豚汁	水	わかめスープ
	3	0.25	0.25	3	0.01	0.01	9	2	128	128	140
	みりん風調味料	おろししょうが	豚もも肉	グラニュー糖	米粉	なたね油	カレーうどん汁	ウスターソース	豚もも肉	さば節だしパック	水
	2	0.3	20	5	5	0.25	2	2	10	1.5	140
	かたくり粉	にんじん	たまねぎ	塩	おろししょうが	おろししょうが	豚もも肉	減塩しょうゆ	ごぼう	ゆば	たまねぎ
	0.3	15	40	0.05	0.5	0.3	10	1	9	7	20
	水	こんにやく	にんじん	はるさめスープ	炒めたたまねぎ	おろしにんにく	たまねぎ	豆乳コーンスープ	だいこん	うすくちしょうゆ	塩
	3	20	15	3	3	0.3	20	1	20	4.6	0.2
	たまねぎのみそ汁	えのきたけ	じゃがいも	にんじん	こいくちしょうゆ	トウバンジャン	にんじん	なたね油	にんじん	かまぼこ	中華だし
	水	油揚げ	スープストック	水	1	130	3	1	15	10	1.5
110	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
たまねぎ	水	塩	えのきたけ	みりん風調味料	たまねぎ	40	0.2	20	110	8	
20	130	0.35	8	2.8	40	2	2	2	30	30	
ミックスみそ	ごぼう天	水	中華だし	かたくり粉	にんじん	15	90	20	9	10	
8	15	100	2	0.15	15	2	2	10	3	10	
溶き水	こいくちしょうゆ	トマトピューレー	塩	0.3	水	1	2	10	13	0.8	
13	3.5	6	0.3	1	1	10	2	10	13	0.8	
液体だし	液体だし	トマトケチャップ	こいくちしょうゆ	2	豆乳みそ汁	水	20	1.5	0.5	0.25	
1.1	1.2	7	2	2	水	95	1	0.2	20	0.5	
油揚げ	かたくり粉	ウスターソース	りょくとうもやし	25	水	20	0.12	6	0.02	0.1	
30	0.3	2	えんどうはるさめ	5	だいこん	3	1	12	70	35	
乾燥わかめ	塩	0.3	だいこん	40	ねぎ	15	3	30	10	45	
0.5	5	15	ほうれんそう	15	ごぼう	10	26	30	10	45	
ごま風味ポテトサラダ	ねぎ	5	ほうれんそう	15	ごぼう	10	26	30	10	45	
じゃがいも	そぼろ丼の具	とうもろこし	5	なたね油	0.2	ミックスみそ	3.3	0.6	3	2.5	
20	0.1	10	10	0.2	5	3	2	6	2.4	1.6	
かぼちゃ	なたね油	青じそドレッシング	豚ミンチ	15	米みそ	3	2	6	10	1	
20	0.1	10	15	15	3	3	2	10	4	1.6	
にんじん	おろししょうが	0.2	おろししょうが	0.3	溶き水	13	60	5	0.6	1.6	
8	0.2	10	0.3	0.3	2	1.1	1	5	0.01	1.6	
きゅうり	豚ミンチ	23	料理酒	2	液体だし	5	1	5	0.1	0.6	
8	23	10	3	1.4	油揚げ	1.1	4.5	50	5	0.8	
ごまドレッシングポトル	高野豆腐	3	三温糖	1.4	油揚げ	1.1	4.5	50	5	0.8	
8	3	10	1.4	2.7	豆腐	20	5	20	2	3.6	
たまねぎ	27	2.7	こいくちしょうゆ	2.7	豆腐	20	5	20	2	3.6	
三温糖	1.7	2.7	豆みそ	2.7	豆乳	15	0.3	20	2	3.6	
こいくちしょうゆ	3	0.9	オイスターソース	0.9	ブロッコリーのおかかあえ	切干だいこんのサラダ	0.5	5	10	10	
料理酒	3	10	たけのこ	10	ブロッコリー	40	0.5	12	7	6	
みりん風調味料	2	30	キャベツ	30	花かつお	0.5	3	12	7	4	
むき枝豆	10	20	厚揚げ(中)	20	こいくちしょうゆ	2	20	5	0.6	0.4	
		5	ピーマン	5	三温糖	0.5	3.5	10	0.6	0.4	
		0.3	かたくり粉	0.3	うすくちしょうゆ	2.3	2	10	0.6	0.4	
					穀物酢	2	2	10	0.6	0.4	
					三温糖	2	2	10	0.6	0.4	
					なたね油	0.2	0.2	10	0.6	0.4	
エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分
654	2.2	635	2.3	612	3.2	677	2.6	637	2.2	638	2

日	6月16日火	6月17日水	6月18日木	6月19日金	6月22日月	6月23日火	6月24日水	6月25日木	6月26日金	6月29日月	6月30日火
献立及び材料 (小学校小中学生)	麦ごはん	食パン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	冷やし中華麺	ナン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん
	70	65	70	70	70	180	100	70	70	70	70
	米粒麦	牛乳200ml	米粒麦	米粒麦	米粒麦	牛乳200ml	牛乳200ml	米粒麦	米粒麦	米粒麦	米粒麦
	7	206	7	7	7	206	206	7	7	7	7
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml
	206	206	206	206	206	206	206	206	206	206	206
	しいらのから揚げ梅だれかけ	鶏もも肉	さばのしょうが煮	豚肉のあんがらめ	二色豆(きなこ・お茶)	枝豆コロッケ	明宝ソーセージ	ふんわり揚げ	モツカサメとじゃがいものチリソース	フライドポテト	鶏肉のから揚げ
	50	60	50	55	6	50	20	50	40	55	50
	なたね油	おろしにんにく	さばのしょうが煮	豚もも肉角切り	煎り大豆	なたね油	夏やさいカレー	キャベツのみそ汁	冷凍皮付きじゃがいも	なたね油	こいくちしょうゆ
	5	0.3	50	55	6	5	0.25	20	40	5.5	3
	三温糖	こいくちしょうゆ	ごま油	おろししょうが	水	なたね油	0.25	0.5	110	0.1	0.1
	0.7	3	0.3	0.3	0.8	0.25	0.25	110	20	0.01	1
	減塩しょうゆ	料理酒	しあけ	かたくり粉	10	なたね油	0.1	20	20	0.15	0.3
	2.5	1	10	5	0.25	0.1	0.3	30	4	0.15	0.3
	みりん風調味料	みりん風調味料	おろししょうが	5	0.25	きなこ	0.25	30	5	0.15	0.1
	4	1	10	0.1	0.1	煎り大豆	6	10	2.5	0.25	10
	水	三温糖	ごぼう	おろしにんにく	0.1	豚もも肉	25	10	0.6	0.5	5
	2	1	10	0.1	0.1	たまねぎ	20	10	0.7	1	10
	孫六みそ汁	米粉	だいこん	三温糖	3	ピーマン	5	10	0.7	2.5	10
	110	0.8	20	1.5	0.8	キャベツ	20	10	1.1	1	10
水	ミネストローネ	こんにやく	こいくちしょうゆ	3	豆みそ	2	0.1	1.1	1	10	
25	2	10	4	0.1	2	2	0.01	10	10	9	
だいこん	ベーコンカット	水	5	0.1	こいくちしょうゆ	2	66	15	130	20	
25	30	110	4	110	すまし汁	1.5	66	15	130	20	
ミックスみそ	たまねぎ	豆みそ	5	0.1	料理酒	1.5	2	2	2	15	
4.5	2	4	4	110	水	1	2	2	2	15	
孫六みそ	にんじん	洞戸みそ	4	110	三温糖	1	2	2	2	15	
4	10	4	110	130	えのきたけ	10	10	10	10	110	
溶き水	じゃがいも	溶き水	13	0.5	油揚げ	5	26	3	84	9	
13	20	13	0.5	0.5	かたくり粉	0.3	26	3	84	9	
液体だし	コンソメ	煮干し粉	0.2	0.5	冷やし中華の具	40	0.5	0.8	0.5	13	
1.1	2.5	0.2	0.2	0.5	りょくとうもやし	4.6	0.5	0.5	10	0.5	
油揚げ(岐阜県産)	水	液体だし	0.5	0.5	きゅうり	15	5	15	14	0.2	
5	110	0.5	0.5	0.5	ごぼう	10	1.5	5	14	0.2	
豆腐	トマト水煮	油揚げ(岐阜県産)	10	25	液体だし	1.5	5	15	14	0.2	
25	15	10	25	25	乾燥わかめ	0.7	8	15	0.3	15	
乾燥わかめ	トマト	豆腐	20	4	ごぼう	10	8	15	0.3	15	
0.5	25	5	20	4	かぼちゃ	10	8	15	0.3	15	
ごぼうと牛肉の炒め煮	キャベツ	ねぎ	5	4	こいくちしょうゆ	5	8	15	0.3	15	
0.25	25	5	4	4	液体だし	1	20	15	0.3	15	
なたね油	こーんとまのソテー	赤しそあえ	5	4	かまぼこ	5	20	15	0.3	15	
0.25	40	40	5	4	厚揚げ(中)	15	20	15	0.3	15	
牛もも肉	りょくとうもやし	キャベツ	40	40	ねぎ	5	20	15	0.3	15	
12	40	40	40	40	えのきたけ	10	20	15	0.3	15	
ごぼう	とうもろこし	むき枝豆	10	10	もやしときゅうりのごまあえ	5	20	15	0.3	15	
25	10	10	10	10	りょくとうもやし	40	20	15	0.3	15	
にんじん	塩	塩	0.1	0.1	たまねぎ	30	20	15	0.3	15	
10	0.2	0.1	0.1	0.1	にんじん	15	20	15	0.3	15	
こんにやく	こしょう	赤しそ粉	0.6	0.6	すりごま	2	20	15	0.3	15	
9	0.01	0.6	0.6	0.6	こいくちしょうゆ	6	20	15	0.3	15	
三温糖	スープストック		0.2	0.2	こいくちしょうゆ	6	20	15	0.3	15	
2	0.2		0.2	0.2	三温糖	0.5	20	15	0.3	15	
こいくちしょうゆ	パセリ粉		0.01	0.01	料理酒	2	20	15	0.3	15	
3.2	0.01		0.01	0.01	こんにやく	25	20	15	0.3	15	
みりん風調味料	いちごジャム				かまぼこ	10	20	15	0.3	15	
0.5	15						20	15	0.3	15	
水	関市のいちごジャム						20	15	0.3	15	
3	15						20	15	0.3	15	
エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分
626	2.1	649	3	611	2.2	649	2	591	2.4	650	3.1

* エネルギーの単位はkcalです。
* 塩分の単位はgです。