




日	曜日	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき					
		しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと		体のちょうしをととのえるもと		エネルギーのもと	
				たんぱく質	むきしつ 無機質	ビタミン		たんすいかぶつ 炭水化物	しつ 脂質
1	水		さばのみそ煮 とり肉とこんさいのけんちん汁 ほうれん草とキャベツのおかか和え	さばみそ とり肉 とうふ かつお節		にんじん ほうれん草	だいこん ごぼう ねぎ もやし キャベツ	里芋 砂糖	ごま ごま油
★大栄みらい学園6-A 椿 壮馬さんが考えた献立★ 「いろいろよく、みんなが好きなものをいれた献立です。」									
2	木		チキンカツ ビーフカレー ブロッコリーのアーモンド和え いちご	とり肉 牛肉 ハム	大豆	にんじん ブロッコリー	玉ねぎ セロリ いちご	じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉 米粉 でん粉	油 バター アーモンド
3	金		花形豆腐ハンバーグ 焼き はなふのすまし汁 野菜のごまあえ お祝いケーキ	とり肉 とうふ おからはなふ かまぼこ		こまつな にんじん ほうれん草	えのきたけ しめじ ねぎ キャベツ もやし 玉ねぎ	砂糖 でん粉 ケーキ	油 ごま
★大栄みらい学園6-B 佐藤 希彩さんが考えた献立★ 「とり肉のハニーマスタード焼きが食べたくて考えた献立です。」									
6	月		とり肉のハニーマスタード 焼き ABCスープ コーンサラダ (ドレッシング) ぶどうゼリー	とり肉		にんじん パセリ ブロッコリー	キャベツ 玉ねぎ マッシュルーム きゅうり コーン	はちみつ マカロニ ゼリー	ドレッシング
★給食センターの調理員さんたちが考えた献立★ 卒園おめでとう献立です。おいしく食べてくれると嬉しいです。									
7	火		肉じゃがフライ コーンポタージュ フルーツポンチ	牛肉 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	玉ねぎ コーン みかん もも パイン レモン汁	ゼリー 砂糖 パン粉 じゃがいも 小麦粉 でん粉	油 生クリーム
8	水	卒園式前日準備のため給食はありません							
9	木	卒園式のため給食はありません							
10	金	大栄みらい学園卒業式のため、給食はありません							
13	月		いわしのうめ煮 とうふとわかめのみそ汁 いそべ和え ソファールレモン	とうふ 油揚げ みそいわし	わかめ のり ヨーグルト	にんじん こまつな	玉ねぎ ねぎ もやし うめ	砂糖	
14	火	ソフト麺	プレーンオムレツ ミートソース グリーンサラダ (ドレッシング)	ぶた肉 とり肉 大豆 卵	粉チーズ	にんじん ピーマン トマト ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム セロリ 枝豆 キャベツ	ソフト麺 小麦粉 でん粉	油 ドレッシング
15	水		みそカツ さつま汁 こまつなのいそか和え	みそ ぶた肉 油揚げ かつお節	のり	にんじん こまつな	ごぼう ねぎ もやし	砂糖 でん粉 さつまいも パン粉 小麦粉	油 ごま
16	木		とり肉のこうみ焼き コンソメスープ コールスローサラダ (ドレッシング) コアヨーグルト	とり肉	ヨーグルト	にんじん パセリ ブロッコリー	ねぎ キャベツ 玉ねぎ コーン	じゃがいも	ドレッシング
17	金		とり肉のてり焼き 豚汁 もやしのあえもの	とり肉 ぶた肉 みそ ツナ		にんじん こまつな	だいこん ねぎ ごぼう もやし	砂糖 じゃがいも	ごま油
20	月		菜の花とさつま芋のかき揚げ (しょうゆ) いももち汁 小松菜と卵のあえもの	とり肉 油揚げ 卵 かつお節		にんじん こまつな 菜の花	だいこん ねぎ ごぼう もやし きゅうり 玉ねぎ	さつまいも 小麦粉 でん粉 いももち	油 ごま

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。

◀ 給食メニューの紹介 ▶  
 いわしのねぎソース レシピ動画  
 URLとQRコードになります。  
<https://youtu.be/ZFBeS3cSxEE>



※給食の「いわしのねぎソース」の作り方です。  
 ぜひご覧ください。

今月の地元産は  
 【さつまいも】14日、22日  
 高木 友哉 (桜田)  
 【ぶた肉】17日  
 飯田裕一 (大栄十倉三)  
 15日、22日  
 斎藤祐治 (前林)

献立を考えました

大栄みらい学園の6年生が家庭科で  
 献立を考えてくれました。  
 (栄養面や作業の都合で一部献立を変  
 更させていただいたものもあります)

