

令和7年



6月

よていこんだてひょう



大栄分所（前期課程）

日	曜 日	牛 乳	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき						栄養価	
			しゅしよく	ふくしよく	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		1食分 - (kcal)	
					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	しじつ 脂質	たんぱく質(g)	
											脂質(g)	
											食塩相当量(g)	
2	月	○	ごはん	とり肉のしょうが焼き とん汁 こまつなのごまあえ	とり肉 ふた肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん こまつな	りんご だいこん ごぼう キャベツ しょうが ねぎ	米 砂糖	ごま	591 28.2 18.3 2.6	
3	火	○	背割り コッペパン	肉だんご和風ソースかけ 焼きそば ﾌﾟﾛｯｺﾘｰとｶﾜﾌﾗｰのｻﾗﾀﾞ (ﾏﾔﾈｰｽﾞ)	ふた肉 とり肉	牛乳	にんじん ﾌﾛｯｺﾘｰ	ｷｬﾍﾞﾂ もやし ﾕﾈぎ ｶﾘﾌﾗｰｰ	ﾊﾝ 中華麺 砂糖	油 ﾏﾔﾈｰｽﾞ	616 23.5 21.4 2.2	
			★歯と口の健康週間★（4日～10日）			(㊦) マークはかみごたえのある料理です。よくかんで食べましょう！						
4	水	○	ごはん	いかスタミナ漬け マーボーなす くらげのあえもの アセロラゼリー	いか ふた肉 みそ 大豆	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	なす 玉ねぎ ねぎ きゅうり だけのこ	米 砂糖 でん粉 ゼリー	ごま油	594 25.6 13.6 3.1	
5	木	○	ごはん	きすごまフライ（ソース） 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁 切り干し大根の炒め煮	きす とうふ 油揚げ みそ とり肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ 切干大根 しいたけ 枝豆	米 じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉	油 ごま油 ごま	591 24.5 16.3 2.1	
6	金	○	麦ごはん	あつやきたまご こんさいいりカレー すいか	卵 ふた肉	牛乳 ｽﾏｲﾙ	にんじん トマト	玉ねぎ れんこん すいか 枝豆	米 麦 砂糖 じゃがいも さつまいも	油	664 23.3 18.0 1.9	
9	月	○	ごはん	あじのいそべフライ（ソース） なすと油あげのみそ汁 キャベツのおかかあえ ソフール元気ヨーグルト	あじ とうふ ふた肉 油揚げ みそ かつお節	牛乳 あおさ ヨーグルト	にんじん こまつな	なす 玉ねぎ キャベツ	米 パン粉 小麦粉 砂糖	油 ごま ごま油	592 26.0 14.6 1.9	
10	火	○	チャーメン	ボーク焼売 五目あんかけ キャベツと大根のサラダ コアラパン	ふた肉 いか えび とり肉 ツナ 大豆粉	牛乳	にんじん	キャベツ はくさい 玉ねぎ もやし きくらげ ししいたけ だいこん きゅうり コーン	ﾎﾞｰｸﾞ ﾊﾝ でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖	ごま油 油 ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ	628 25.1 28.1 1.9	
11	水	○	キャロット ピラフ	タンドリーチキン トマトと卵のスープ コールスローサラダ	とり肉 ベーコン 卵 ツナ	牛乳 ヨーグルト	にんじん 赤ピーマン トマト ブロッコリー	玉ねぎ レタス キャベツ コーン	米 でん粉	ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ 油	647 27.3 24.1 2.3	
12	木	○	ごはん	ふた肉のみそ風味焼き すまし汁 れんこんのおかか煮	ふた肉 みそ とり肉 とうふ ちくわ かつお節	牛乳	ほうれんそう にんじん いんげん	しいたけ ねぎ れんこん	米 砂糖	ごま ごま油	639 29.6 20.8 2.4	
			★千葉県民の日献立★			6月15日は「千葉県民の日」です。今日の給食は、千葉県や成田市でとれる食べ物を多く使った献立です。						
13	金	○	ごはん	いわしさんが焼きおろしソース 大栄みそ汁 ほうれん草のアーモンドあえ 千葉にんじんゼリー	いわし たら ふた肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう しそ	だいこん レモン汁 玉ねぎ ねぎ もやし キャベツ	米 砂糖 さつまいも ゼリー パン粉 でん粉	アーモンド	621 24.6 14.8 2.4	
16	月	○	ごはん	とり肉のから揚げ ほうとう汁 きゅうりのなんばん漬け	とり肉 ふた肉 油揚げ みそ	牛乳	かぼちゃ にんじん	だいこん ごぼう しいたけ ねぎ きゅうり	米 でん粉 米粉 ほうとう 砂糖	油 ごま油 ごま	672 28.6 20.9 2.4	
17	火	○	シュガー 揚げパン	オムレツ カレーポタージュ メロン	卵 とり肉	牛乳 ｽﾏｲﾙ	にんじん パセリ	玉ねぎ メロン	ﾊﾝ ｸﾞﾗﾝﾅｰ糖 でん粉	油	585 23.9 21.7 2.4	
18	水	○	ごはん	さばのみそ煮 けんちん汁 いもいっぱいサラダ	さば みそ ふた肉 とうふ ハム	牛乳	にんじん	だいこん ごぼう きゅうり ねぎ	米 じゃがいも さつまいも 砂糖	ごま油 マヨネーズ ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ	669 24.5 24.3 2.0	
19	木	○	ごはん	とり肉のパンパンジー焼き 肉だんごとキャベツのスープ チンジャオロースー みかんゼリー	とり肉 ふた肉	牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ ねぎ だけのこ もやし 玉ねぎ	米 砂糖 春雨 でん粉 ゼリー パン粉	ごま 油 ごま油	700 31.4 19.7 2.3	
20	金	○	ごはん	こぎつねごはんの具 さつまいものみそ汁 こまつなのいそかあえ	とり肉 油揚げ ふた肉 とうふ みそ かつお節	牛乳 のり	にんじん こまつな	枝豆 たまねぎ だいこん もやし	米 砂糖 さつまいも	油 ごま	609 27.4 17.5 2.5	
23	月	○	ごはん	そぼろごはんの具 ごぼうの卵とし汁 キャベツのたくあんあえ コアヨーグルト	ふた肉 とり肉 大豆 卵 とうふ なると かつお節	牛乳 ヨーグルト	にんじん	グリーンピース ごぼう ねぎ えのきたけ キャベツ はくさい きゅうり たくあん	米 砂糖 でん粉	ごま	664 29.2 18.8 2.6	
24	火	ショア ブルーベ リー	ピタパン	ハンバーグデミグラスソース ペンネトマトクリームソース フルーツポンチ	ベーコン とり肉 ふた肉	牛乳 ｽﾏｲﾙ 粉チーズ ショア	にんじん パセリ トマト	玉ねぎ キャベツ しめじ もも バイン レモン汁	ﾍﾞﾝﾈ 砂糖 ゼリー でん粉 ピタパン	生クリーム ドレープオイル 油	681 24.9 19.1 1.9	
25	水	○	ごはん	とり肉の照り焼き とうふとわかめのみそ汁 ほうれん草のおひたし	とり肉 とうふ 油揚げ みそ かつお節	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう	玉ねぎ ねぎ もやし	米 砂糖	ごま	590 25.9 17.5 2.2	
26	木	○	ごはん	夏色かぼちゃコロッケ（ソース） 中華丼の具 ツナサラダ（ドレッシング）	ふた肉 なると いか えび ツナ	牛乳	かぼちゃ にんじん チンゲン菜	はくさい 玉ねぎ きくらげ キャベツ コーン 枝豆	米 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖	油 ごま油 ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ バター	626 29.2 16.4 2.0	
27	金	○	ごはん	ドライカレー コンソメスープ かんでんサラダ（ドレッシング）	ふた肉 とり肉 大豆 ウインナー	牛乳 粉チーズ わかめ	にんじん ピーマン パセリ ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ コーン	米 小麦粉 じゃがいも	油 ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ	639 27.0 19.3 1.8	
30	月	○	ごはん	ふた肉とネギきょうだいの中華いため わかめとトックのスープ 中華あえ ぶどうゼリー	ふた肉 とり肉 ちくわ 卵	牛乳 わかめ	にんじん	ねぎ 玉ねぎ キャベツ きゅうり きくらげ	米 砂糖 トック マロニー ゼリー	ごま油 ごま	672 22.2 18.2 2.1	

★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。

今月の
地元の
産は

【さつまいも】松下善徳（前林）
【メロン】狭野宏彰（吉岡）
【にんじん】6/17～
伊東泰則（多良貝）
伊藤耕佑（川上）
【ふた肉】6/13、6/30
飯田裕一（大栄十余三）



学校給食摂取基準（基準）		月平均
熱量：650kcal		631
たんぱく質：26.8g(範囲21.1～32.5g)		26.3
脂質：18.1g(範囲14.4～21.7g)		19.2
食塩相当量：2.0g以下		2.2

4・5月分の給食費振替日は、6月 30日（月）です。
2か月分が併せて振替となります。
お早目に口座への入金をお願いします。