



きゅうしょくこんだてひょう

給食献立表

文政小学校（令和8年度）

日	曜	献立名	牛乳	しょくひんめい		
				(赤)血や肉になる	(黄)エネルギーのもとになる	(緑)体の調子を整える
1	月	チキンカレー 梅入り海藻サラダ 一食おさつスティック	○ 牛乳 とり肉 大豆 ぶたレバー わかめ	米 麦 じゃがいも 油 おさつスティック	たまねぎ にんじん きゅうり うめ もやし	
2	火	セルフ中華丼 茎わかめの酢の物 ギョーザ	○ 牛乳 ぶた肉 うずら卵 茎わかめ ギョーザ	米 ごま油 でん粉 砂糖 油 ごま	にんじん たまねぎ キャベツ たけのこ しいたけ きゅうり もやし	
3	水	麦ご飯 きびなごサクサクフライ ひじき和え 豆腐と麩入りみそ汁	○ 牛乳 油あげ きびなご 豆腐 しそひじき	米 麦 油 ふ	たまねぎ パプリカ ねぎ ピーマン もやし キャベツ えのき きゅうり にんじん ほうれん草	
4	木	黒糖パン 大豆ミートのスパゲティ チーズと アーモンドのサラダ 歯と口の健康習慣ゼリー	○ 牛乳 牛ひき肉 ロースハム ひきわり大豆 ぶたレバー ソイミート チーズ	黒糖パン スパゲティ 油 砂糖 ゼリー	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー アーモンド	
5	金	麦ご飯 白身魚の甘酢あんかけ かみかみサラダ すまし汁	○ 牛乳 ホキ ロースハム 豆腐 わかめ いら大豆	米 麦 油 でん粉 砂糖	たまねぎ ピーマン コーン きゅうり キャベツ にんじん ごぼう ねぎ しめじ えのき こまつ菜	
8	月	白ご飯 たっぷりイカカツ 野菜の和え物 豚汁	○ 牛乳 イカ ぶた肉 厚揚げ	米 油 砂糖 じゃがいも	もやし キャベツ きゅうり ほうれん草 にんじん ねぎ こんにやく ごぼう だいこん	
9	火	麦ご飯 さばのカレー醤油漬け わさび和え にとたまねぎのスープ	○ 牛乳 さば ロースハム 豆腐	米 麦 でん粉	キャベツ きゅうり にんじん にら たまねぎ きくらげ ねぎ	
10	水	麦ご飯 チャージャンとうふ ナムル	○ 牛乳 ぶた肉 厚揚げ	米 麦 でん粉 砂糖 油 ごま油 ごま	いんげん たけのこ にら にんじん たまねぎ しいたけ なす もやし キャベツ	
11	木	揚げパン タイピーエン ハムサラダ	○ 牛乳 きな粉 ぶた肉 イカ うずら卵 ロースハム	コッペパン はるさめ 砂糖 油 ごま油	キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ きゅうり ブロッコリー	
12	金	白ご飯 いわしのかぼすレモン煮 豆腐サラダ 根菜つくね入り和風スープ	○ 牛乳 いわし 豆腐 とり肉 つくね	米 じゃがいも でん粉 油	キャベツ きゅうり にんじん だいこん こんにやく しいたけ チンゲンサイ	
15	月	麦ご飯 さんまの梅煮 野菜炒め みそ汁	○ 牛乳 油あげ さんま	米 麦 油	パプリカ もやし たまねぎ キャベツ いんげん こまつな かぼちゃ ねぎ	
16	火	豚キムチ丼 中華スープ いりこと大豆のかりんとう	○ 牛乳 ぶた肉 ベーコン いら大豆 いりこ	米 油 黒砂糖	キャベツ にんじん きくらげ ブロッコリー しめじ 白菜キムチ たまねぎ チンゲンサイ ねぎ	
17	水	麦ご飯 味噌カツ 五色和え もずく汁	○ 牛乳 とんかつ とり肉 とうふ もずく	米 麦 油 砂糖 はるさめ ごま	きゅうり もやし にんじん コーン たまねぎ えのき ねぎ	
18	木	セルフバーガー 野菜のマヨネーズ和え 枝豆のクリームスープ レモンゼリー	○ 牛乳 ハンバーグ ベーコン	丸パン 砂糖 ゼリー	キャベツ にんじん たまねぎ もやし えだまめ	
19	金	★ふるさとくまさんデー★ 麦ご飯 ちくわの磯辺揚げ トマトと卵のスー プ ミックスビーンズのファイバーサラダ	○ 牛乳 ちくわ とり肉 芽ひじき たまご ミックスビーンズ	米 麦 油 でん粉	にんじん きゅうり コーン たまねぎ トマト キャベツ	
22	月	麦ご飯 肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物 一食味のり	○ 牛乳 ぎゅう肉 厚揚げ わかめ のり	米 麦 油 じゃがいも 砂糖 ごま	にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ きゅうり	
23	火	麦ご飯 白玉汁 魚のマヨネーズ焼き 根菜とベーコンの塩麹きんぴら	○ 牛乳 とり肉 ホキ ベーコン	米 麦 砂糖 油 もち	えのき にんじん ねぎ ごぼう たまねぎ れんこん	
24	水	梅ゆかりご飯 野菜のレモン和え 親子うどん	○ 牛乳 とり肉 たまご	米 麦 うどん 砂糖 ごま	うめ ゆかり キャベツ きゅうり にんじん ねぎ しいたけ たまねぎ	
25	木	ナン ドライカレー じゃがいものスープ パインサラダ	○ 牛乳 ぶた肉 ぎゅう肉 ひきわり大豆	ナン 油 じゃがいも	たまねぎ トマト ピーマン えだ豆 さやいんげん しめじ キャベツ にんじん パセリ きゅうり パイン	
26	金	白ご飯 塩さば ピーナッツ和え けんちん汁	○ 牛乳 さば とうふ	米 ピーナッツ 砂糖 じゃがいも でん粉	キャベツ きゅうり にんじん こまつ菜 だいこん こんにやく ネギ	
29	月	白ご飯 豚肉と野菜の煮込み 切り干し大根のごま和え 一食うめびしお	○ 牛乳 ぶた肉 厚揚げ こんぶ	米 じゃがいも 砂糖 油 ごま	こんにやく ごぼう にんじん えだ豆 切り干しだいこん キャベツ うめびしお	
30	火	ミルクパン トマトミートオムレツ ミネストローネ イタリアンサラダ	○ 牛乳 トマトミートオムレツ ミックスビーンズ 大豆 チーズ	ミルクパン マカロニ じゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん トマト きゅうり パセリ	

お知らせ

* 物資の購入その他の都合により献立を変更することがあります。

< 給食費・教材費等の徴収について > * 口座振替の際、手数料10円がかかります。

★6月分の口座振替日は 6月22日(月)です。(再振替:6月29日(月))

1年:3,000円 2年:3,000円 3年:3,000円 4年:3,000円 5年:3,000円 6年:4,000円

