

学校給食 6月号 (B)

豊中市教育委員会
第 693 号

お問い合わせ
(6843)-9101 学校給食課
(6151)-4107 原田南学校給食センター
(6152)-9501 走井学校給食センター

学校給食予定献立表

令和 4 年(2022年) 6 月

栄養三色

- 赤…からだをつくる食品
- 黄…熱や力のもとになる食品
- 緑…からだの調子を整える食品

<食品名の左に表示している記号「○・●・▲」について>

○ アレルギ表示が義務付けられている 7 品目

● 「学校給食用パン及び年間使用食品の配合表について」(年度当初に配布)に表示している食品

▲ 当月分の「学校給食用半製品・加工品の配合表」に表示している食品

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色	実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色
6月1日(水)	ごはん		こめ	70	黄	6月6日(月)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤
	フォニガー		とりにく	20	赤		わかめのみそしる		とりにく	15	赤
			▲クイティオ	10	黄				じゃがいも	20	黄
			しろねぎ	10	緑				にんじん	5	緑
			にんじん	8	緑				たまねぎ	25	緑
			こまつな	8	緑				わかめ	0.5	赤
			●チキンスープ	8	赤				●にぼしこ	0.5	赤
			レモンかじゅう	1	緑				●みそ	9	黄
			▲スクラム	1.5	黄				なたねあぶら	0.1	黄
6月2日(木)	ごはん		こめ	70	黄	6月7日(火)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤
	ポークビーンズ		ぶたにく	20	赤		イタリアンスープ		●ウインナーソーセージ	15	赤
			ひよこまめ	15	黄				●こめツイストマカロニ	5	黄
			にんじん	15	緑				●とろけるしよくぶつせいちーズ	5	黄
			たまねぎ	50	緑				●じゃがいも	15	黄
			じゃがいも	50	黄				にんじん	10	緑
			●ポークスープ	5	赤				たまねぎ	15	緑
			●トマトソース	11	赤				●キャベツ	3	緑
			●トマトケチャップ	11	赤				●セロリ	3	緑
6月3日(金)	ごはん		こめ	70	黄	6月8日(水)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤		さかなずりみカツ	▲	さかなずりみカツ	1こ	赤
	ポークビーンズ		ぶたにく	20	赤				なたねあぶら	5	黄
			ひよこまめ	15	黄				●まぐろ(レトルト)	8	赤
			にんじん	15	緑				●きりぼしだいこん	5	赤
			たまねぎ	50	緑				●にんじん	7	緑
			じゃがいも	50	黄				●さんどまめ	1	赤
			●ポークスープ	5	赤				●さっきんカレーこ	0.15	黄
			●トマトソース	11	赤				●しょうゆ	2	黄
			●トマトケチャップ	11	赤				●マヨネーズふうドレッシング	0.1	黄

食事の前には手をきれいに洗いましょう。

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色	実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色
6月9日(木)	ごはん		こめ	70	黄	6月16日(木)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤
	パンパキンスープ		とりにく	10	赤		ぶたにくのオニオンソースかけ		ぶたにく	5	赤
			にんじん	15	赤				●ソテーオニオン	5	赤
			たまねぎ	40	赤				●あかワイン	1	赤
			かぼちゃ	20	赤				●さとう	0.8	黄
			かぼちゃペースト	20	赤				●しょうゆ	1.5	黄
			●チキンスープ	8	赤				●でんぶん	0.3	黄
			こめこ	2.5	黄				●やきそば	10	赤
			○きゅうにゅう	20	赤				○たまご	20	赤
6月10日(金)	ごはん		こめ	70	黄	6月17日(金)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤
	あじつけこぎかな	▲	あじつけこぎかな	1ぶくろ	赤		にくだんごのあまから		▲にくだんご(フライずみ)	30	赤
	わりぼしだいこん		とりにく	15	赤				●チンゲンサイ	30	赤
			●うすあげ	3	赤				●きりぼしだいこん	2	赤
			わりぼしだいこん	3	赤				●にんじん	15	赤
			にんじん	10	赤				●たまねぎ	60	赤
			たまねぎ	20	赤				●エリンギ	8	赤
			あおねぎ	5	赤				●ほししいたけ	0.4	黄
			●にぼしこ	0.5	赤				●ポークスープ	5	黄
6月13日(月)	ごはん		こめ	70	黄	6月20日(月)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤
	ポークバギョライス		ぶたにく	20	赤		さんまのフライソース(クラス1本)		▲さんまのフライソース(クラス1本)	1こ	赤
			にんじん	20	赤				●ちゅうのうソース(クラス1本)	4	黄
			たまねぎ	80	赤				●さくらんぼ	2こ	緑
			ブラウンマッシュルーム	10	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			●ポークスープ	10	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			●トマトソース	12	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			●トマトケチャップ	11	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			○こむぎこ	5	黄				さくらんぼ	2こ	緑
6月14日(火)	ごはん		こめ	70	黄	6月21日(火)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう	○	きゅうにゅう	1ぼん	赤
	ポークバギョライス		ぶたにく	20	赤		さくらんぼ		さくらんぼ	2こ	緑
			にんじん	20	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			たまねぎ	80	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			ブラウンマッシュルーム	10	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			●ポークスープ	10	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			●トマトソース	12	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			●トマトケチャップ	11	赤				さくらんぼ	2こ	緑
			○こむぎこ	5	黄				さくらんぼ	2こ	緑

実施日	献立名	アレルギー加工品	食品名	重量g	栄養三色							
6月22日(水)	わかめごはん きゅうにゅう あつあげのしょうがに たまごやき くきわかめのいためもの	加工品	こめ	70	黄							
			▲わかめごはんのもと	2.2	黄							
			○きゅうにゅう	1ぼん	赤							
			●とりにく	25	赤							
			●あつあげ(平切り)	40	赤							
			●にんじん	20	緑							
			●たまねぎ	50	緑							
			●しめじ	5	緑							
			●こまつな	10	緑							
			●つちしょうが	1.5	緑							
			●さけ(酒)	1	黄							
			●さとう	2.5	黄							
			●しょうゆ	5.5	黄							
			●しお	0.1	黄							
			●なたねあぶら	0.1	黄							
			▲たまごやき	1こ	赤							
●ぶたにく	15	赤										
●にんじん	5	緑										
●くきわかめ(冷凍)	10	赤										
●もやし	20	緑										
●さとう	1.5	黄										
●す	1	黄										
●しょうゆ	2.5	黄										
●しお	0.05	黄										
●ごまあぶら	1	黄										
栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	ナトリウム (食塩相当量) g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミン			食物繊維 g	
	622	28.0	19.5	3.1	338	112	2.9	333	0.39	0.57	14	3.5
6月23日(木) 沖縄慰霊の日	コッペパン1こ きゅうにゅう おきなわそば コッペパン1こ きゅうにゅう おきなわそば コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ ローズトデキシン ツナボウチノサラダ コッペパン1こ きゅうにゅう おきなわそば コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ ローズトデキシン ツナボウチノサラダ コッペパン1こ きゅうにゅう おきなわそば コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ ローズトデキシン ツナボウチノサラダ コッペパン1こ きゅうにゅう おきなわそば コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ ローズトデキシン ツナボウチノサラダ	加工品	●コッペパン1こ	1こ	黄							
			○きゅうにゅう	1ぼん	赤							
			●ぶたにく	15	赤							
			●なるとかまぼこ	5	赤							
			▲おきなわめん	15	黄							
			▲べにしょうが	0.9	緑							
			●にんじん	10	緑							
			●たまねぎ	30	緑							
			●あおねぎ	5	緑							
			●だしパック	1	黄							
			●ポークスープ	3	黄							
			▲しょうゆ	1	黄							
			●みりん	1	黄							
			●さとう	0.5	黄							
			●しょうゆ	0.9	黄							
			●しお	0.1	黄							
●こしょう	0.025	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●しょうゆ	1.7	黄										
●しお	0.4	黄										
●ぶたにく	50	赤										
●つちしょうが	1	赤										
●さけ(酒)	1	赤										
●しょうゆ	1.5	赤										
●でんぶん	11	黄										
●なたねあぶら	5	黄										
▲ごかつ	3	黄										
●しょうゆ	1	黄										
●ちくわ	10	赤										
●にんじん	10	赤										
●ゴーヤ	10	赤										
●とうもろこし	5	赤										
●しろすりごま	2	赤										
●さとう	1	赤										
●しょうゆ	0.5	赤										
●マヨネーズふうドレッシング	5	赤										
栄養価	716	31.2	31.9	2.8	324	77	1.6	233	0.70	0.57	17	3.1
6月24日(金)	ごはん きゅうにゅう ごもくじる さけのしおやき かぼちゃのそぼろに はるまき 鶏肉、野菜(にんじん、玉ねぎ、キャベツ)、植物油(大豆油)、豚脂、しょうゆ、小麦粉、ショートニング、はるまき、馬鈴薯でん粉、しょうがペースト、ポークブイオン、ポークエキス、発酵調味料、酵母エキス、砂糖、乾燥しいたけ、たん白加水分解物、香辛料、皮(小麦粉、植物油(大豆油)、米粉、粉あめ、ショートニング、食塩)、ソルビトール、乳化剤、クエン酸鉄ナトリウム、増粘剤(キサンタンガム)(小麦・大豆・豚肉由来の原材料を含む)	加工品	こめ	70	黄							
			○きゅうにゅう	1ぼん	赤							
			●とりにく	15	赤							
			●なるとかまぼこ	5	赤							
			▲いたごんにやく	10	赤							
			●にんじん	10	緑							
			●たまねぎ	20	緑							
			●みつば	3	緑							
			●しめじ	5	緑							
			●だしパック	2	緑							
			●しょうゆ	1.8	緑							
			●しお	0.7	緑							
			●なたねあぶら	0.1	黄							
			●さけ	1きれ	赤							
			●しお	0.2	赤							
			●ぶたひきにく	20	赤							
●かぼちゃ	40	赤										
●でんぶん	0.2	緑										
●みりん	1	緑										
●さけ(酒)	1	緑										
●さとう	1	黄										
●しょうゆ	2.5	黄										
●しお	0.1	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●なっとう	1こ	赤										
栄養価	605	35.2	15.4	2.3	283	105	2.4	428	0.49	0.69	21	4.7

実施日	献立名	アレルギー加工品	食品名	重量g	栄養三色							
6月27日(月)	ごはん きゅうにゅう スンドップチゲ コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ ローズトデキシン ツナボウチノサラダ ごはん きゅうにゅう こんぶのつくだに パチじる ごはん きゅうにゅう ごもくじる さけのしおやき かぼちゃのそぼろに はるまき 鶏肉、野菜(にんじん、玉ねぎ、キャベツ)、植物油(大豆油)、豚脂、しょうゆ、小麦粉、ショートニング、はるまき、馬鈴薯でん粉、しょうがペースト、ポークブイオン、ポークエキス、発酵調味料、酵母エキス、砂糖、乾燥しいたけ、たん白加水分解物、香辛料、皮(小麦粉、植物油(大豆油)、米粉、粉あめ、ショートニング、食塩)、ソルビトール、乳化剤、クエン酸鉄ナトリウム、増粘剤(キサンタンガム)(小麦・大豆・豚肉由来の原材料を含む)	加工品	こめ	70	黄							
			○きゅうにゅう	1ぼん	赤							
			●とりにく	15	赤							
			●あさり	10	赤							
			●とうふ	50	赤							
			●にんじん	15	緑							
			●たまねぎ	40	緑							
			●はくさいキムチ	15	緑							
			●ポークスープ	5	赤							
			●みそ	4	赤							
			●コナジャン	0.5	赤							
			●おろしにんにく	0.2	赤							
			●さけ(酒)	1	赤							
			●さとう	0.5	赤							
			●しょうゆ	0.5	赤							
			●こしょう	0.025	赤							
●なたねあぶら	0.1	赤										
▲ポークぎょうざ	2こ	黄										
●なたねあぶら	4	赤										
●ささみ(レトルト)	10	黄										
●にんじん	5	赤										
●もやし	5	赤										
●キャベツ	20	赤										
●しろすりごま	1.5	赤										
●さとう	1.5	赤										
●す	2	赤										
●しょうゆ	0.2	赤										
●ごまあぶら	2	黄										
●す	2	黄										
●しょうゆ	0.2	黄										
●ごまあぶら	2	黄										
栄養価	642	25.3	22.5	3.0	312	104	5.1	241	0.41	0.43	20	3.4
6月28日(火)	コッペパン1こ きゅうにゅう レニズシクリーム ワインナーとキャベツの スープ ローズトデキシン ツナボウチノサラダ ごはん きゅうにゅう こんぶのつくだに パチじる ごはん きゅうにゅう ごもくじる さけのしおやき かぼちゃのそぼろに はるまき 鶏肉、野菜(にんじん、玉ねぎ、キャベツ)、植物油(大豆油)、豚脂、しょうゆ、小麦粉、ショートニング、はるまき、馬鈴薯でん粉、しょうがペースト、ポークブイオン、ポークエキス、発酵調味料、酵母エキス、砂糖、乾燥しいたけ、たん白加水分解物、香辛料、皮(小麦粉、植物油(大豆油)、米粉、粉あめ、ショートニング、食塩)、ソルビトール、乳化剤、クエン酸鉄ナトリウム、増粘剤(キサンタンガム)(小麦・大豆・豚肉由来の原材料を含む)	加工品	●コッペパン1こ	1こ	黄							
			○きゅうにゅう	1ぼん	赤							
			●レニズシクリーム	1ぶくろ	赤							
			●ワインナーとキャベツの スープ	15	赤							
			●にんじん	8	緑							
			●キャベツ	30	緑							
			●たまねぎ	15	緑							
			●ポークスープ	5	赤							
			●しょうゆ	1.8	赤							
			●しお	0.7	赤							
			●こしょう	0.025	赤							
			●なたねあぶら	0.1	赤							
			●とりにく	60	黄							
			●みりん	1	黄							
			●さとう	1.5	黄							
			●しょうゆ	2	黄							
●でんぶん	0.3	黄										
●まごろ(レトルト)	10	黄										
●にんじん	5	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●さとう	0.3	赤										
●しお	0.3	赤										
●マヨネーズふうドレッシング	0.1	黄										
●す	5	黄										
●しょうゆ	1	黄										
●ごまあぶら	0.1	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●だしパック	2	黄										
●しょうゆ	1.8	黄										
●しお	0.5	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
▲ほしがたハンバーグ	1こ	赤										
●トマトケチャップ(クラス1本)	4	赤										
●ハム	10	赤										
●ブロッコリー	25	赤										
●とうもろこし	5	赤										
●わふうドレッシング	5	黄										
●ロールパン2こ	1しょく	黄										
○きゅうにゅう	1ぼん	赤										
●いちごジャム	1ぶくろ	赤										
●とりにく	15	赤										
●たまねぎ	25	赤										
●キャベツ	20	赤										
●オクラ	8	赤										
●セロリ	3	赤										
●おろしにんにく	0.2	赤										
●チキンスープ	8	赤										
●トマトジュース	30	赤										
●さとう	10	赤										
●さとう	0.5	黄										
●しょうゆ	1.8	黄										
●しお	0.6	黄										
●こしょう	0.025	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
▲たまごロール	1こ	赤										
●バラペコ	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●たまごロール	1こ	赤										
●ジャーマンポテト	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●ロールパン2こ	1しょく	黄										
○きゅうにゅう	1ぼん	赤										
●いちごジャム	1ぶくろ	赤										
●とりにく	15	赤										
●たまねぎ	25	赤										
●キャベツ	20	赤										
●オクラ	8	赤										
●セロリ	3	赤										
●おろしにんにく	0.2	赤										
●チキンスープ	8	赤										
●トマトジュース	30	赤										
●さとう	10	赤										
●さとう	0.5	黄										
●しょうゆ	1.8	黄										
●しお	0.6	黄										
●こしょう	0.025	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
▲たまごロール	1こ	赤										
●バラペコ	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●たまごロール	1こ	赤										
●ジャーマンポテト	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●ロールパン2こ	1しょく	黄										
○きゅうにゅう	1ぼん	赤										
●いちごジャム	1ぶくろ	赤										
●とりにく	15	赤										
●たまねぎ	25	赤										
●キャベツ	20	赤										
●オクラ	8	赤										
●セロリ	3	赤										
●おろしにんにく	0.2	赤										
●チキンスープ	8	赤										
●トマトジュース	30	赤										
●さとう	10	赤										
●さとう	0.5	黄										
●しょうゆ	1.8	黄										
●しお	0.6	黄										
●こしょう	0.025	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
▲たまごロール	1こ	赤										
●バラペコ	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●ロールパン2こ	1しょく	黄										
○きゅうにゅう	1ぼん	赤										
●いちごジャム	1ぶくろ	赤										
●とりにく	15	赤										
●たまねぎ	25	赤										
●キャベツ	20	赤										
●オクラ	8	赤										
●セロリ	3	赤										
●おろしにんにく	0.2	赤										
●チキンスープ	8	赤										
●トマトジュース	30	赤										
●さとう	10	赤										
●さとう	0.5	黄										
●しょうゆ	1.8	黄										
●しお	0.6	黄										
●こしょう	0.025	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
▲たまごロール	1こ	赤										
●バラペコ	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●ロールパン2こ	1しょく	黄										
○きゅうにゅう	1ぼん	赤										
●いちごジャム	1ぶくろ	赤										
●とりにく	15	赤										
●たまねぎ	25	赤										
●キャベツ	20	赤										
●オクラ	8	赤										
●セロリ	3	赤										
●おろしにんにく	0.2	赤										
●チキンスープ	8	赤										
●トマトジュース	30	赤										
●さとう	10	赤										
●さとう	0.5	黄										
●しょうゆ	1.8	黄										
●しお	0.6	黄										
●こしょう	0.025	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
▲たまごロール	1こ	赤										
●バラペコ	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●ロールパン2こ	1しょく	黄										
○きゅうにゅう	1ぼん	赤										
●いちごジャム	1ぶくろ	赤										
●とりにく	15	赤										
●たまねぎ	25	赤										
●キャベツ	20	赤										
●オクラ	8	赤										
●セロリ	3	赤										
●おろしにんにく	0.2	赤										
●チキンスープ	8	赤										
●トマトジュース	30	赤										
●さとう	10	赤										
●さとう	0.5	黄										
●しょうゆ	1.8	黄										
●しお	0.6	黄										
●こしょう	0.025	黄										
●なたねあぶら	0.1	黄										
▲たまごロール	1こ	赤										
●バラペコ	15	赤										
●たまねぎ	10	赤										
●じゃがいも	30	赤										
●しお	0.2	赤										
●こしょう	0.015	赤										
●なたねあぶら	0.1	黄										
●ロールパン2こ	1しょく	黄										
○きゅうにゅう												