



| 6月5日(水) | | | | 6月7日(金) | | | | 6月12日(水) | | | | 6月14日(金) | | | |
|---|-------------------|-----------------|-------------|--|-------------------|----------------|-------------|---|-------------------|----------------|-------------|--|-------------------|----------------|-------------|
| 麦ごはん わかめスープ 切干大根入りビビンバ 城陽市の青ねぎを使用！ | | | | ごはん ポークカレー ホタテフライ キャベツとにんじんと コーンのサラダ | | | | 枝豆ごはん みそワントンスープ ずいきの炒め煮 城陽市の青ねぎを使用！ | | | | ごはん 沖縄もずくのすまし汁 タコライス スライスチーズ  | | | |
| 食品名 | 1人分量 | 食品名 | 1人分量 | 食品名 | 1人分量 | 食品名 | 1人分量 | 食品名 | 1人分量 | 食品名 | 1人分量 | 食品名 | 1人分量 | | |
| (黄) 精白米 | 59 g | (黄) 精白米 | 65 g | (黄) 精白米 | 58 g | (黄) 精白米 | 65 g | (赤) 鶏肉 | 15 g | (赤) 鶏肉 | 15 g | (赤) 鶏肉 | 15 g | | |
| (黄) 麦 | 6 g | (赤) 豚肉スライス | 24 g | (緑) (冷)むき枝豆 | 6 g | (赤) 鶏肉 | 13 g | (赤) もずく(冷凍) | 3 g | (赤) もずく(冷凍) | 3 g | (赤) もずく(冷凍) | 3 g | | |
| (赤) 鶏肉 | 13 g | 塩 | 0.04 g | 塩 | 0.15 g | (赤) たきこみわかめ | 0.7 g | (緑) 人参 | 9 g | (緑) 人参 | 9 g | (緑) 人参 | 9 g | | |
| (赤) 干しわかめ | 0.7 g | こしょう | 0.01 g | (赤) ワンタン | 4 g | (赤) 人参 | 9 g | (緑) 玉ねぎ | 26 g | (緑) 玉ねぎ | 26 g | (緑) 玉ねぎ | 26 g | | |
| (緑) 人参 | 9 g | カレー粉 | 0.13 g | (赤) 鶏肉 | 13 g | (赤) 人参 | 9 g | (緑) 青ねぎ | 3 g | (緑) 青ねぎ | 3 g | (緑) 青ねぎ | 3 g | | |
| (緑) 玉ねぎ | 17 g | ローレル | 0.03 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (緑) しょうが | 0.2 g | (赤) しょうが | 0.2 g | (赤) しょうが | 0.2 g | | |
| (緑) 緑豆もやし | 13 g | (緑) セロリ | 4.3 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) (冷)油揚げ | 8.5 g | (赤) (冷)油揚げ | 8.5 g | (赤) (冷)油揚げ | 8.5 g | | |
| (緑) 青ねぎ | 3 g | (緑) しょうが | 0.4 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | 淡口しょうゆ | 3.4 g | 淡口しょうゆ | 3.4 g | 淡口しょうゆ | 3.4 g | | |
| 削り節 | 0.9 g | (赤) おろしにんにく | 0.3 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | 塩 | 0.2 g | 塩 | 0.2 g | 塩 | 0.2 g | | |
| 冷凍ブイヨン(特) | 4 g | (赤) おろしにんにく | 0.3 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | 酒 | 0.7 g | 酒 | 0.7 g | 酒 | 0.7 g | | |
| 淡口しょうゆ | 4.3 g | (赤) じゃが芋 | 34 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | みりん | 0.3 g | みりん | 0.3 g | みりん | 0.3 g | | |
| 水 | 94 g | (赤) 玉ねぎ | 34 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | 削り節 | 2.1 g | 削り節 | 2.1 g | 削り節 | 2.1 g | | |
| (赤) 豚肉スライス | 25 g | アレルギーフリーカレーフレーク | 13 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | 水 | 85 g | (赤) 牛肉ミンチ | 18 g | (赤) 牛肉ミンチ | 18 g | | |
| (緑) ぜんまい水煮 | 4 g | トマトケチャップ | 0.9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (緑) 切り干し大根 | 4.3 g | ガラムマサラ | 0.02 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (緑) 人参 | 9 g | ウスターソース | 0.9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (緑) 緑豆もやし | 17 g | 水 | 72 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (緑) チンゲンサイ | 13 g | (赤) ホタテフライ(28g) | 1 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| 酒 | 0.3 g | (黄) 米油(揚げ油) | 3 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (黄) 三温糖 | 1.5 g | (緑) キャベツ | 21 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| 濃口しょうゆ | 3.1 g | (緑) 人参 | 3 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| 淡口しょうゆ | 2 g | (緑) (冷)ホールコーン | 6 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| みりん | 0.3 g | 塩 | 0.2 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (緑) おろしにんにく | 0.3 g | (黄) 三温糖 | 0.4 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (黄) ごま油 | 0.4 g | 淡口しょうゆ | 0.9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| (黄) 白いりごま | 0.9 g | こしょう | 0.01 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| 一味唐辛子 | 0.01 g | 酢 | 0.9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| ブチドリップ | 0.3 g | (黄) 米油 | 0.4 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 人参 | 9 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | (赤) 豚肉ミンチ | 23 g | | |
| 6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。 給食では、5日・7日に「かみかみメニュー」が登場します。 しっかりかんで食べましょう！ | | | |  | | | |  | | | | 城陽市の キャベツ・青ねぎを使用！ | | | |
| 栄養量 | エネルギー (キロカロリー) | たんぱく質 (グラム) | 脂肪 (グラム) | 栄養量 | エネルギー (キロカロリー) | たんぱく質 (グラム) | 脂肪 (グラム) | 栄養量 | エネルギー (キロカロリー) | たんぱく質 (グラム) | 脂肪 (グラム) | 栄養量 | エネルギー (キロカロリー) | たんぱく質 (グラム) | 脂肪 (グラム) |
| | 337 | 14.5 | 4.9 | | 457 | 15 | 11.5 | | 314 | 13.2 | 5.1 | | 472 | 21.7 | 17.3 |

