



学校給食予定献立表

令和6年度6月
 牧之原市
 学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
3月	マーガリンパン			パン マーガリン		(小) 665	相小・すこやか6年生
	チキンのハーブ焼き	とりにく	にんにく パセリ	オリーブオイル	しょうゆ ワイン 塩 オレガノ バジル こしょう	26.6 2.7	
	アスパラサラダ		キャベツ にんじん アスパラガス		ごまドレッシング	(中) 900	
	ミネストローネ	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん トマト セロリー にんにく	じゃがいも さとう オリーブオイル	ケチャップ 塩 コンソメ こしょう スープストック	34.2 3.5	
4月	雑穀ご飯	だいず		こめ むぎくろまい きび もちこめ あわ とうもろこし		(小) 607	減塩献立
	ししゃもフライ	ししゃも		パンこ こむぎこ でんぷん あぶら	塩 こしょう	23.7 1.9	
	切干大根のはりはり和え		きりぼしだいこん きゅうり にんじん	さとう ごま ごまあぶら	酢 しょうゆ 塩	(中) 784	
	ごぼうのみそ汁	とうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	ごぼう たまねぎ こまつな えのき		かつお節 さば節	30.0 2.5	
	カラマンダリンオレンジ		カラマンダリンオレンジ				
5月	中華めん			ちゅうかめん		(小) 650	減塩
	塩ラーメンスープ	ぶたにく なたと わかめ	もやし チンゲンサイ にんじん とうもろこし メマ しょうが にんにく		塩ラーメンスープ ガラスープ 塩 こしょう	29.6 3.6	
	手作り真珠団子	ぶたにく とりにく	ねぎ しいたけ しょうが	もちこめ パンこ	しょうゆ 酒 塩	(中) 789	
	中華サラダ		キャベツ こまつな にんじん	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	35.9 4.2	
	さくらんぼゼリー		さくらんぼ レモン	さとう	ワイン		
6月	麦ごはん			こめ むぎ		(小) 632	カミカミメニュー
	豚肉の生姜焼き	ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう あぶら	しょうゆ 酒	25.2 2.3	
	マカロニサラダ		キャベツ きゅうり にんじん	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	(中) 789	
	わかめスープ	ベーコン とうふ わかめ	こまつな チンゲンサイ にんじん ねぎ	ごまあぶら	ガラスープ 中華だし しょうゆ こしょう オイスターソース 塩	30.5 2.7	
	ジュシーフルーツ		ジュシーフルーツ				
7月	麦ごはん			こめ むぎ		(小) 650	
	揚げぎょうざ	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	でんぷん さとう あぶら こむぎこ	しょうゆ 塩	24.0 2.0	
	赤じそあえ		キャベツ きゅうり あかじそ		塩	(中) 846	
	麻婆豆腐	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ にら しいたけ しょうが にんにく	でんぷん さとう ごまあぶら	しょうゆ 中華だし オイスターソース トウマツジャン 酒 フィッシュカルシウム	30.1 2.4	

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。

※材料は主原料のみ記載しています。食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。





がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和6年度6月

牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
10月	うめ梅ごはん		えだまめ うめ あかじそ	こめ むぎ さとう	塩	(小) 653	入梅に ちなんだ 献立
	アジフライ	あじ		パンこ こむぎこ あぶら	塩	28.7 2.1	
	あごま和え		こまつな キャベツ にんじん	ごま さとう	しょうゆ みりん	(中) 818	
	とんじる豚汁	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ こんにやく しめじ ごぼう ねぎ	じゃがいも	かつお節 さば節	35.1 2.7	
11火	むぎ麦ごはん			こめ むぎ		(小) 655	減塩献立
	なっとう納豆	なっとう			たれ からし	25.4 1.9	
	じゃがいもの土佐煮	かつおぶし		じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん 和風だし	(中) 814	
	やさしい野菜のうま煮	ぶたにく なまあげ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ はねぎ しょうが	はるさめ でんぷん さとう ごまあぶら	オイスターソース しょうゆ 酒 塩 中華だし こしょう	30.6 2.2	
12水	バーガーパン			パン		(小) 704	
	ハンバーグ	とりにく	たまねぎ	パンこ あぶら さとう	ケチャップ ソース ワイン しょうゆ 塩	27.7 3.3	
	やさしいカラフル野菜ソテー	ウインナー	キャベツ こまつな パプリカ	あぶら	コンソメ 塩 こしょう	(中) 916	
	とうじゅうい豆乳入りコーンポタージュ	とうにゅう ぎゅうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	クリーム オリーブオイル	ベシマルソース 塩 ガラスープ こしょう スープストック	35.4 4.3	
	ヨーグルト	ヨーグルト					
13木	むぎ麦ごはん			こめ むぎ		(小) 665	減塩献立
	とりにく鶏肉とレバーのマリネ	とりにく とりレバー	たまねぎ レモン	でんぷん あぶら さとう	しょうゆ 酢 カレーこ	24.7 1.9	
	ごぼうサラダ		ごぼう きゅうり にんじん	ごまドレッシング さとう ごま	しょうゆ みりん	(中) 822	
	はるさめ春雨スープ	ベーコン	チンゲンサイ たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ	はるさめ	ガラスープ しょうゆ 中華だし 塩 こしょう	28.9 2.2	
14金	むぎ麦ごはん			こめ むぎ		(小) 632	減塩献立
	あかうおさいきょうや赤魚の西京焼き	あかうお みそ		さとう	しょうゆ 酢 塩	26.1 1.9	
	たくあんあえ	こんぶ	キャベツ きゅうり たくあん	ごま ごまあぶら さとう	しょうゆ 塩	(中) 787	
	じゃがいものそぼろ煮	ぶたにく	たまねぎ こんにやく にんじん たけのこ えだまめ	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒	31.8 2.1	
	オレンジ		オレンジ				
17月	ナン			パン		(小) 703	ふるさと 給食
	キーマカレー	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ りんご しょうが にんにく	あぶら	カレーウ ワイン ソース ケチャップ ガラスープ 塩 フィッシュカルシウム	30.9 2.9	
	だいず大豆としらすの揚げ煮	だいず しらすぼし		あぶら でんぷん さとう ごま	しょうゆ	(中) 922	
	コールスローサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし		コールスロードレッシング	39.7 3.9	

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
18 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 624 25.6 2.0 (中) 780 30.6 2.3	ふるさと給食 
	あつや たまご 厚焼き玉子	たまご		さとう あぶら でんぷん	酢 しょうゆ 塩 みりん こんぶだし かつおだし		
	こまつな 小松菜ともやしのあえもの	のり	もやし こまつな にんじん	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢		
	ぶたにく 豚肉とこんにやくのしょうがに 生姜煮	ぶたにく さつまあげ	こんにやく たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん しょうが	さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒 和風だし		
	ニューサマーグリーン		ニューサマーグリーン				
19 水	うどん			うどん		(小) 690 30.2 2.5 (中) 854 37.6 3.5	ふるさと給食 
	にく 肉うどんのつゆ	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	だいこん にんじん こまつな しめじ ねぎ しいたけ	でんぷん	しょうゆ みりん 酒 かつお節 塩 さば節		
	くろ 黒はんぺんのお茶揚げ	くろはんぺん	ちや	あぶら こむぎこ でんぷん			
	ポテトサラダ		きゅうり にんじん	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう		
	しずおかけん 静岡県のデザート (お茶クリーム大福)	だっしふんにゆう	ちや	さとういんげんまめ もちこ 上新粉 あぶら クリーム でんぷん			
20 木	わかめごはん	わかめ		こめ むぎ さとう	塩	(小) 653 29.7 2.4 (中) 826 36.1 3.1	ふるさと給食 
	かつおフライ	かつお		あぶら パンこ こむぎこ でんぷん	塩 こしょう		
	ゆでとうもろこし		とうもろこし 		塩		
	こまつなのみそ汁	とうふ みそ あぶらあげ	こまつな たまねぎ えのき ねぎ		かつお節 さば節		
	ミニトマト 		ミニトマト				
21 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 686 28.0 2.5 (中) 838 32.7 2.7	沖縄慰霊の日にちなんだ献立 
	ぶたにく 豚肉のかりん揚げ	ぶたにく	しょうが	でんぷん あぶら さとう こくとう	しょうゆ 酒		
	ゴーヤチャンプル	あつあげ かつおぶし	もやし ゴーヤ にんじん	ごまあぶら	しょうゆ スープストック 塩		
	もずくスープ	ベーコン もずく	キャベツ たまねぎ チンゲンサイ にんじん	ごまあぶら	ガラスープ しょうゆ スープストック 塩 こしょう		
	シークワサーゼリー		シークワサー	さとう			

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。

※材料は主原料のみ記載しています。

食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、
給食センター(52-3184)まで御連絡ください。



ふるさと給食週間

6月17日~20日

牧之原市をはじめ静岡県産の食べものを多く使った給食が登場します。





がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和6年度6月

牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤 おもに体を作るもと	緑 おもに体の調子を整えるもと	黄 おもにエネルギーのもと	調味料等		
24 月	むぎ 麦ごはん ふりかけ	かつおぶしのり	ちゃ	こめ むぎ さとう でんぷん	塩	(小) 625	
	とうふ 豆腐ステーキそぼろあん	とうふ とりにく	しいたけ しょうが	さとう でんぷん あぶら	しょうゆ	27.1 2.0	
	かぼちゃサラダ		かぼちゃ きゅうり えだまめ	ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	(中) 787	
	さわにわん 沢煮椀	ぶたにく	ごぼう にんじん たけのこ えのき ねぎ		しょうゆ 酒 塩 かつお節	32.4 2.4	
25 火	とうもろこしごはん		とうもろこし	こめ	酒 塩	(小) 615	
	とりにく <small>しお</small> 鶏肉の塩こうじ焼き	とりにく			塩 こうじ	27.8 3.0	
	きんぴらごぼう	さつまあげ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん	さとう ごまあぶら ごま	しょうゆ 酒 みりん 唐辛子	(中) 768	
	あおさのみそ汁	あつあげ みそ あおさ	たまねぎ えのき ねぎ	じゃがいも	かつお節 さば節	33.7 3.8	
26 水	マーガリン入りロールパン			パン マーガリン			
	やさい 野菜のチーズ焼き	とりにく チーズ	たまねぎ トマト なす ズッキーニ ピーマン にんにく	マカロニ オリーブオイル	ケチャップ ワイン コンソメ 塩 こしょう	(小) 672 27.4 3.0	
	カラフルサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ		イタリアンドレッシング	(中) 899	
	たまご 玉子とチンゲン菜のスープ	たまご ベーコン	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	でんぷん	ガラスープ ワイン スープストック 塩 コンソメ こしょう	34.2 3.7	
	さくらんぼ		さくらんぼ				
27 木	麦ごはん			こめ むぎ		(小) 688	
	たらのレモン <small>あ</small> 和え	たら	レモン	でんぷん あぶら さとう	しょうゆ	32.4 2.8	
	かいそう 海藻サラダ	かいそう	キャベツ きゅうり		パンパンジードレッシング	(中) 850	
	い <small>とうふ</small> 炒り豆腐	とうふ とりにく たまご なると	たけのこ にんじん はねぎ しいたけ しょうが	さとう あぶら	しょうゆ 和風だし	38.3 3.2	
28 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 690	
	ポークカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん トマト りんご セロリー しょうが にんにく	じゃがいも あぶら さとう	カレールウ ケチャップ ソース ワイン チャツネ スープストック 塩 こしょう カレーコ	22.3 2.2	
	メンチカツ	ぶたにく	たまねぎ	パンこ さとう こむぎこ あぶら	ケチャップ しょうゆ 塩	(中) 889	
	ほうれんそうサラダ		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	あぶら さとう	しょうゆ 酢	26.8 2.5	

