



令和6年6月 学校給食献立予定表(小学校)



津山市立草加部学校食育センター

ひづけ 日付	こんだて 献立名	エネルギー (kcal) タンパク(g)	おもなざいりょう		
			エネルギーのもとになる	からだづく 体を作るもとになる	からだちよし 体の調子を整える
3 (月)	コッペパン 牛乳 かぼちゃひき肉フライ コールスローサラダ コンソメスープ	602 20.4	コッペパン 油 ノンエッグマヨネーズ	牛乳 ウィナー	たまねぎ キャベツ だいこん コーン にんじん チンゲンサイ ほうれんそう かぼちゃひきにくフライ
4 (火)	大豆入りミートソーススパゲティ 牛乳 グリーンサラダ	700 29.8	ソフトめん 油 でんぷん さとう ハヤシルウ	牛乳 ぶたにく だいずミート ハム	にんにく たまねぎ にんじん きゅうり エリンギ グリーンピース トマト ブロッコリー キャベツ
5 (水)	ごはん 牛乳 ユーリンチー 中華あえ にらともやしのスープ	625 25.8	米 油 さとう ごま油 でんぷん	牛乳 とりにく やきぶた	しょうが ながねぎ きゅうり キャベツ にんじん にら だいこん もやし えのきたけ たまねぎ
6 (木)	【虫歯予防献立】 豆ごはん 牛乳 いわしのうめ煮 切りほしだいこんとひじきのごま酢あえ 根菜汁	628 30.8	米 油 ごま さとう じゃがいも こんにやく	牛乳 とりにく みそ 油あげ いわしのうめに ひじき	ねぎ こまつな グリンピース もやし れんこん にんじん きりほしだいこん ごぼう
7 (金)	ごはん 牛乳 豚肉と新じゃがいもの煮物 たくあんあえ あじさいゼリー	605 21.6	米 油 じゃがいも こんにやく さとう ゼリー	牛乳 ぶたにく あつあげ	にんじん たくあん たまねぎ さやいんげん キャベツ ほうれんそう もやし
10 (月)	【友好交流都市サントフェ献立】 バターロールパン 牛乳 チリコンカン サルササラダ	698 28.9	バターロールパン 油 じゃがいも さとう さとう きんときまめ	牛乳 ぶたにく だいず ツナ	にんにく たまねぎ にんじん さやいんげん トマト きゅうり キャベツ レモン あかたまねぎ
11 (火)	ごもくうどん 牛乳 干草あえ ヨーグルト	640 29.6	うどん さとう	牛乳 油あげ とりにく ヨーグルト こんぶ ちくわ	たまねぎ にんじん ねぎ もやし ほうれんそう キャベツ
12 (水)	とりめし とりめしのたれ 牛乳 福神あえ みそ汁	647 28.1	米 油 さとう	牛乳 とうふ とりにく みそ	キャベツ こまつな にんじん もやし ふくじんづけ たまねぎ だいこん ねぎ
13 (木)	【日本よいとご味めぐり献立～北海道～】 ホタテカレーライス 牛乳 アスパラガスとコーンのサラダ	590 25.7	米 油 じゃがいも カレールウ	牛乳 ほたてがい ハム	にんにく コーン たまねぎ にんじん グリンピース だいこん アスパラガス
14 (金)	ごはん 牛乳 肉団子とキムチのピリ辛煮 ナムル メロン	615 23.0	米 油 トッポギ ごま油 さとう かまぼこ	牛乳 つくね さつまあげ みそ かまぼこ	しょうが はくさい キムチ もやし たまねぎ にんじん にら メロン だいこん ほうれんそう
お か や ま ち さ ん ち し ょ う し ゅ う か ん	17 (月) 黒糖パン 牛乳 カレーポトフ 津山産梅ドレッシングサラダ	609 26.5	こくどうパン 油 じゃがいも うめジャム	牛乳 とりにく ウィナー	にんじん たまねぎ アスパラガス キャベツ きゅうり だいこん あかたまねぎ
18 (火)	ぶっかけ中華めん ぶっかけ中華めんのたれ 牛乳 豚肉の津山産しょうが炒め	588 25.9	ちゅうかめん 油 さとう	牛乳 ぶたにく ハム	しょうが もやし だいこん きゅうり キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ
19 (水)	ごはん 岡山県産のり佃煮 牛乳 親子煮 牛窓産ちりめんじゃこのあえ物	614 27.3	米 油 じゃがいも こんにやく さとう	牛乳 とりにく こうやどうふ たまご ちりめんじゃこ のりつくだに	だいこん たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん きゅうり もやし
20 (木)	さけ 鮭そぼろ丼 牛乳 五目きんぴら フルーツポンチ	587 23.5	米 油 ココロ米 こんにやく さとう	牛乳 ぶたにく さけ	にんじん パイン たまねぎ コーン もも えだまめ ごぼう れんこん さやいんげん なし
21 (金)	ごはん 牛乳 岡山県産れんこんコロッケ ウスターソース 添え野菜 津山産米麺汁	631 22.5	米 油 米めん れんこんコロッケ	牛乳 ぶたにく	キャベツ もやし こまつな たまねぎ にんじん ねぎ
24 (月)	コッペパン ブルーベリージャム 牛乳 照り焼きチキン さやいんげんのサラダ アルファベットマカロニのスープ	630 28.4	コッペパン マカロニ さとう でんぷん ノンエッグマヨネーズ ジャム	牛乳 ベーコン グリルチキン	キャベツ にんじん だいこん さやいんげん たまねぎ えのきたけ チンゲンサイ
25 (火)	肉みそぶっかけうどん 牛乳 茎わかめのあえ物	578 27.8	うどん 油 さとう でんぷん	牛乳 みそ ぶたにく ハム くきわかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ にら もやし だいこん
26 (水)	【スポーツ応援献立】 ビビンバ 牛乳 春雨スープ 冷凍パイナップル	602 23.5	米 油 さとう ごま油 はるさめ	牛乳 ぶたにく ぎゅうにく たまご みそ かまぼこ	にんにく だいずもやし にんじん パイン だいこん きゅうり ほうれんそう たけのこ ねぎ たまねぎ
27 (木)	【代満て献立】 代満て寿司 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 沢煮椀	629 27.0	ちらしずし(米) こんにやく 油	牛乳 かまぼこ ツナ ぶたにく 油あげ ちくわのいそべあげ	きゅうり コーン たまねぎ ごぼう しめじ ねぎ
28 (金)	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げのうま煮 甘酢あえ	587 24.9	米 油 さとう でんぷん	牛乳 ぶたにく あつあげ ちくわ	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ チンゲンサイ だいこん もやし こまつな

★太字は津山産の食材を、『おかやま産地消費週間』の太字は岡山県産を使用する予定です。
この他、きゅうり、キャベツ、チンゲンサイ、トマト、アスパラガス、さやいんげんは津山産を優先して使用する予定です。★都合により、献立及び食材を変更する場合があります。
★津山市(保健給食課)のホームページに学校給食の献立表と産地を掲載しています。



が っ ち に ち
6月17日～21日は、
ちさんちしょうしゅうかん
おかやま産地消費週間です！