

平成29年度 6月献立表 帝塚山学院小学校 予定献立表


給食場	1・4・5	1・4・5	1・2・6	1・2・6	1・2・6	1・2・6	1・2・6	1・2・6	1・3・5	1・3・5		1・3・5
日・曜	1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)		15日(木)
献立名	黒糖パン ビーフシチュー サラダ 牛乳	親子丼 白菜のゆず風味和え みそ汁	ごはん 酢豚 ほうれん草ともやしのナムル 水餃子のスープ	ごはん 赤魚の煮つけ 厚揚げと野菜のそぼろ煮 みそ汁	中華丼 ほうれん草と春雨のサラダ 中華スープ	ごはん 鱈の幽庵焼き 千切りじゃがいもの炒め物 みそ汁 卵不使用プリン	キーマカレー 水菜サラダ スタミン	ごはん 石垣フライ ピーマン炒め みそ汁 オレンジ	パン ミートスパゲッティ マリネサラダ	お弁当の日		ごはん 牛肉とれんこんの炒め物 春雨サラダ みそ汁
材料名および使用量 (g)	黒糖パン 1こ 黄 牛肉薄切り 40 赤 白ワイン 1.2 赤 じゃがいも 30 黄 玉ねぎ 30 緑 にんじん 20 緑 グリーンピース(冷凍) 2.5 緑 サラダ油 0.5 黄 ケチャップ 6 緑 ホールトマト 12 緑 砂糖 0.2 黄 塩 0.4 黄 こしょう 0.05 黄 ローリエ 0.02 黄 デミグラスソース 10 黄 とんかつソース 1.5 黄 鶏ガラスープの素 5 黄 コーンスターチ 2.5 黄 水 115 黄	精白米 75 黄 鶏もも肉 45 赤 酒 0.7 黄 玉ねぎ 40 緑 にんじん 15 緑 エリンギ 2 緑 かまぼこ 3 赤 三つ葉 1 赤 卵液 35 赤 かつお昆布だし 8 黄 薄口しょうゆ 2.4 黄 濃口しょうゆ 2.4 黄 砂糖 5.5 黄 みりん 0.4 黄 塩 0.3 黄 かたくり粉 1.2 黄 白菜 28 緑 刻み昆布 1 赤 にんじん 5 緑 砂糖 0.5 黄 塩 0.1 黄 薄口しょうゆ 0.4 黄 ゆず果汁 0.35 黄 じゃがいも 12 黄 こまつな 10 緑 カットわかめ 0.5 赤 かつお昆布だし 140 黄 みそ 10 黄	精白米 65 黄 サラダ油 1 黄 玉ねぎ 10.5 緑 にんじん 10.5 緑 しいたけ 3 緑 じゃがいも 16 黄 グリーンピース 0.25 緑 豚ばら 45 赤 濃口しょうゆ 6 黄 しょうが 0.8 黄 かたくり粉 0.8 黄 なたね油 2.4 黄 砂糖 4.11 黄 濃口しょうゆ 4.11 黄 ケチャップ 2.05 黄 穀物酢 4.11 黄 とりがらだし 20 黄 ほうれん草 23.8 緑 緑豆もやし 8.16 緑 にんじん 6.12 緑 とりがらだし 1.36 黄 塩 0.68 黄 濃口しょうゆ 0.34 黄 白ごま 0.68 黄 ごま油 6.12 黄 水餃子 1 緑 万能ねぎ 10 緑 にんじん 6 緑 とりがらだし 140 黄 ごま油 1 黄	精白米 65 黄 赤魚 50 赤 しょうが 1.2 緑 酒 9 黄 砂糖 1 黄 みりん 1.7 黄 濃口しょうゆ 1.25 黄 厚揚げ 38 赤 豚ひき肉 15 赤 にんじん 20 緑 玉ねぎ 25 緑 じゃがいも 40 黄 アスパラガス 0.9 緑 ごま油 3 黄 砂糖 1.7 黄 濃口しょうゆ 2.8 黄 かたくり粉 2.5 黄 こまつな 15 緑 油あげ 3 赤 えのきたけ 3 緑 かつお昆布だし 140 黄 みそ 10 黄	精白米 75 黄 豚ばら 40 赤 酒 3 黄 濃口しょうゆ 2 黄 しょうが 1 黄 緑豆もやし 24 緑 にんじん 10 緑 キャベツ 25 緑 玉ねぎ 24 緑 かまぼこ 5 赤 鶏ガラスープの素 1.2 黄 酒 6.5 黄 砂糖 2.6 黄 塩 0.4 黄 濃口しょうゆ 3.5 黄 かたくり粉 2.6 黄 ごま油 2 黄 緑豆春雨 4 黄 ほうれん草 10 緑 きゅうり 5 緑 にんじん 8 緑 コーン・冷凍 3 緑 穀物酢 2.6 黄 濃口しょうゆ 1.8 黄 砂糖 1 黄 ごま油 0.7 黄 白菜 15 緑 豆腐 15 赤 しょうが 1 緑 にんにく 0.02 緑 鶏ガラスープの素 2 黄 水 120 黄 かたくり粉 3 黄 塩 0.5 黄 砂糖 2 黄 薄口しょうゆ 0.8 黄	精白米 65 黄 さくら 50 赤 砂糖 1.2 黄 みりん 0.8 黄 濃口しょうゆ 3.2 黄 合成清酒 0.8 黄 ゆず果汁 1 緑 ブロッコリー 10 緑 じゃがいも 35 黄 にんじん 15 緑 ピーマン 4 緑 濃口しょうゆ 1.5 黄 カレー粉 1 黄 なたね油 1.5 黄 オクラ 10 緑 じゃがいも 10 黄 にんじん 10 緑 かつお昆布だし 140 黄 みそ 10 黄 卵不使用プリン 1こ 黄	精白米 75 黄 鶏ひき肉 40 赤 玉ねぎ 27 緑 じゃがいも 40 黄 ミックスベジタブル 20 緑 ピーマン 5 緑 大豆 乾 4 赤 サラダ油 0.2 黄 とりがらだし 100 黄 カレールウ 20 黄 プレーンヨーグルト 1 赤 牛乳 1.2 赤 ケチャップ 2 黄 大根 10.5 緑 水菜 14 緑 コーン・冷凍 3 緑 薄口しょうゆ 1.2 黄 三温糖 2.4 黄 穀物酢 1.2 黄 ゆず果汁 0.5 黄 塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄 鶏ガラスープの素 1 黄 濃口しょうゆ 1.6 黄 酒 0.1 黄 かぼちゃ 25 緑 油あげ 3 赤 長ネギ 25 緑 かつお昆布だし 140 黄 みそ 10 黄 オレンジ 1/4こ 緑	精白米 65 黄 カレー 1切 赤 塩 0.7 黄 白ごま 2.7 黄 黒ごま 2.7 黄 青のり 0.1 赤 パン粉 9.6 黄 小麦粉 3.4 黄 卵液 5.5 赤 なたね油 5 黄 砂糖 0.1 黄 ビーフン 8 黄 にんじん 8 緑 しいたけ 0.8 緑 豚ひき肉 4.24 赤 玉ねぎ 8 緑 キャベツ 20 緑 ピーマン 1 緑 ごま油 1.3 黄 塩 1.2 黄 こしょう 0.1 黄 濃口しょうゆ 1.6 黄 酒 0.1 黄 かぼちゃ 25 緑 油あげ 3 赤 長ネギ 25 緑 かつお昆布だし 140 黄 みそ 10 黄 オレンジ 1/4こ 緑	パン 50 黄 スパゲッティ 120 黄 牛ひき肉 15 赤 豚ひき肉 15 赤 鶏ひき肉 15 赤 れんこん 10 緑 チンゲンサイ 16 緑 セロリ 4.5 緑 にんにく 0.1 緑 玉ねぎ 20 緑 にんじん 20 緑 オリーブ油 1.5 黄 オリーブ油 1.3 黄 オイスターソース 5 黄 コーンスターチ 3 黄 ケチャップ 30 緑 ホールトマト 20 緑 ウスターソース 3 赤 粉チーズ 5 赤 塩 1 黄 こしょう 0.5 黄 ぎゅうり 15 緑 レタス 12 緑 黄パプリカ 5 緑 ミニトマト 1こ 緑 マスタード 1.5 黄 穀物酢 1.3 黄 レモン(果汁) 1.3 緑 サラダ油 10 黄	お弁当の日	お弁当の日	精白米 65 黄 牛肉薄切り 45 赤 オリーブ油 1.5 黄 玉ねぎ 16 緑 れんこん 10 緑 チンゲンサイ 16 緑 セロリ 4.5 緑 にんにく 0.1 緑 万能ねぎ 0.5 緑 にんにく 0.8 緑 オリーブ油 1.5 黄 オイスターソース 5 黄 濃口しょうゆ 5 黄 みりん 3 黄 砂糖 3 黄 緑豆春雨 5 黄 緑豆もやし 15 緑 パプリカ 3 黄 にんじん 10 緑 コーン・冷凍 4 緑 ロースハム 5 赤 穀物酢 1.6 黄 濃口しょうゆ 2.4 黄 砂糖 1.6 黄 オリーブ油 1.6 黄 豆腐 15 赤 カットわかめ 0.5 赤 なす 15 緑 かつお昆布だし 140 黄 みそ 10 黄
	エネルギー	523kcal	532kcal	589kcal	526kcal	569kcal	587kcal	619kcal	549kcal	646kcal		

赤:赤色の食品...体をつくるものになるもの 黄:黄色の食品...熱や力になるもの 緑:緑色の食品...体の調子をととのえるもの

・献立内容は予定ですので変わることがあります。

・お弁当の日について お弁当を忘れた場合は、パンと野菜ジュースを購入します。一食、1～3年生は371円(税込)、4～6年生は452円(税込)を月末に請求させていただきます。

※購入予定のパンが売り切れの場合は、別のパンとなりますので、代金は上記と異なる場合があります。アレルギー対応はできません。

給食場	1・3・5	1・4・6	1・4・6	1・4・5	1・4・6	1・4・6	1・2・5	1・2・5		1・2・5	1・2・5
日・曜	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
献立名	ごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き 炊き合わせ 豚汁	郷土料理～大阪府～ ごはん おかかひじき お好み焼き 小松菜とあげのおひたし みそ汁	ごはん チキン南蛮 キャベツのごま和え みそ汁	世界の料理～アメリカ～ ハンバーガー ポテトサラダ クリームスープ	ごはん さばのみぞれがけ 田舎煮 みそ汁 りんごゼリー	和食お楽しみメニュー ごはん 豚ミンチと白菜のくず煮 蒸し鶏のサラダ風 みそ汁 プリン	ごはん 豚の洋風生姜焼き 大根サラダ ベーコンとじゃが芋のスープ プロバイオティクスヨーグルト	ごはん マグロのオーロラ煮 チンゲン菜の甘酢漬け 白菜ともやしの中華スープ レモンケーキ	お弁当の日	ごはん ホイコーロー パンパンジー風サラダ スープ	洋食お楽しみメニュー パン ペンのラザニア コールスローサラダ アメリカンチェリー フルーツ牛乳
材料名および使用量 (g)	精白米 65黄 ぎんざけ 50赤 塩 0.5 合成清酒 0.5 しめじ 8 みそ 1.4 マヨネーズ 4.3 砂糖 0.7 すり白ごま 1.1 厚揚げ 50 こんにゃく 20 大根 30 にんじん 20 しいたけ 4 ちくわ 20 かつお昆布だし 40 酒 4 砂糖 1.6 薄口しょうゆ 4.8 塩 0.16 豚ばら 8 さつまいも 10 大根 15 ごぼう 3 かつお昆布だし 140 みそ 10	精白米 65黄 かつお節 2 干しひじき・乾 1 白ごま 2 サラダ油 0.3 濃口しょうゆ 1 豚ばら 30 キャベツ 40 万能ねぎ 6.72 天かす 5 小麦粉 15.4 卵液 7.73 ベーキングパウダー 2.96 かつお昆布だし 12.5 やまいも 8.62 とんかつソース 10 ケチャップ 5 マヨネーズ 5 削り節 0.5 青のり 0.5 こまつな 28 油あげ 3 にんじん 6 かつお昆布だし 35 薄口しょうゆ 1.6 みりん 1.6 砂糖 0.8 じゃがいも 12 玉ねぎ 12 万能ねぎ 0.5 かつお昆布だし 140 みそ 10	精白米 65黄 鶏もも皮つき 75 塩 0.1 こしょう 0.1 かたくり粉 5 卵液 12.5 サラダ油 5 穀物酢 11 砂糖 7 濃口しょうゆ 5.5 キャベツ 10 塩 0.1 レモン(果汁) 0.5 薄口しょうゆ 1.5 キャベツ 36 きゅうり 12 にんじん 12 白ごま 4.2 砂糖 0.6 みりん 0.6 かつお昆布だし 1.4 薄口しょうゆ 4.2 豆腐 15 なめこ 3 カットわかめ 0.5 かつお昆布だし 140 みそ 10 じゃがいも 12 玉ねぎ 12 万能ねぎ 0.5 かつお昆布だし 140 みそ 10	パンズ 1こ 牛ひき肉 25 豚ひき肉 25 玉ねぎ 25 精白米 3 塩 0.01 ナツメグ 0.01 こしょう 8 ケチャップ 8 とんかつソース 4 マヨネーズ 6 マスタード 3 トマト 20 レタス 12 じゃがいも 37 にんじん 6 きゅうり 8 マヨネーズ 10 砂糖 1.7 塩 0.2 こしょう 0.02 キャベツ 20 しめじ 6 ベーコン 5 グリーンピース 0.9 にんじん 10 コーン・冷凍 5 クリームシチューのルー 12 牛乳 20 塩 0.2 こしょう 0.02	精白米 65黄 さば 50 塩 0.3 大根おろし 20 みりん 2 薄口しょうゆ 4 ゆず果汁 0.7 こんにゃく 15 ごぼう 20 にんじん 20 大根 15 ちくわ 1 かつお昆布だし 22 砂糖 1 みりん 3.7 合成清酒 1.9 濃口しょうゆ 3.5 さやいんげん 1 じゃがいも 12 玉ねぎ 12 キャベツ 15 万能ねぎ 0.5 みそ 10 りんごジュース 42 粉末ゼリーの素 1.26 砂糖 10.08	精白米 65黄 豚ひき肉 45 白菜 75 にんじん 23 グリーンピース 1.25 くず粉 3 かつお昆布だし 32 酒 5 砂糖 2 みりん 2 濃口しょうゆ 1.5 加工ささみ 20 大根 25 にんじん 6 きゅうり 6 薄口しょうゆ 10.5 みりん 4.5 ゆず果汁 3.5 豆腐 15 油あげ 3 かつお昆布だし 140 みそ 10 プリン 1こ	精白米 65黄 豚肩ロース 60 玉ねぎ 27 塩 0.1 しょうが 1.2 りんご 1 サラダ油 5 濃口しょうゆ 7 バター 2.5 グリーンピース(冷凍) 0.3 大根 30 玉ねぎ 15 きゅうり 15 ツナ 5 マヨネーズ 10 塩 0.1 こしょう 0.02 パセリ・乾 0.02 ブロッコリー 1/30株 ベーコン 4 にんじん 15 じゃがいも 13.6 じゃが芋ペースト 27.24 かつお昆布だし 70 鶏ガラスープの素 0.3 水 70 塩 0.6 こしょう 0.02 万能ねぎ 0.5 プロバイオティクスヨーグルト 1こ	精白米 65黄 まぐろ 45 しょうが 2.4 かたくり粉 3.8 なたね油 6 ケチャップ 15 砂糖 6.5 赤みそ 2.7 濃口しょうゆ 1.5 緑豆もやし 15 ぼん酢 2.5 ごま油 0.8 チンゲンサイ 28 砂糖 0.64 塩 0.08 穀物酢 0.56 白菜 15 緑豆もやし 12 玉ねぎ 12 にんじん 10 しょうが 3 にんにく 0.02 鶏ガラスープの素 2 かたくり粉 3 塩 0.5 砂糖 2 薄口しょうゆ 0.8 レモンケーキ 1こ		精白米 65黄 豚ばら 42 合成清酒 0.7 キャベツ 45 にんじん 10 ピーマン 10 玉ねぎ 20 しょうが 1.8 にんにく 0.9 赤みそ 9 合成清酒 6.7 砂糖 3.8 濃口しょうゆ 5.4 穀物酢 2 ごま油 1 レタス 10 きゅうり 20 加工ささみ 20 すり白ごま 2.5 ごま油 4.1 濃口しょうゆ 4 穀物酢 3 砂糖 2 マヨネーズ 3 にんにく 0.02 こまつな 10 緑豆もやし 8 濃口しょうゆ 2.5 塩 0.25 酒 1 とりがらだし 140	パン 1こ ペンネ 8.5 牛ひき肉 7 豚ひき肉 7 鶏ひき肉 7 玉ねぎ 30 にんじん 20 セロリ 5 にんにく 0.01 オリーブ油 0.2 ホールトマト 5 ケチャップ 4 デミグラスソース 0.8 コーンスターチ 2 塩 0.1 こしょう 0.01 鶏ガラスープの素 0.15 ホワイトソースの素 7.5 牛乳 22.5 鶏ガラスープの素 0.5 塩 0.06 こしょう 0.03 とろけるチーズ 12.5 パセリ・乾 0.01 キャベツ 30 にんじん 6 コーン・冷凍 5 グリーンピース(冷凍) 1.25 マヨネーズ 6 マスタード 0.5 オリーブ油 1.5 レモン(果汁) 0.01 砂糖 0.9 塩 0.45 アメリカンチェリー 2こ フルーツ牛乳 1ヒン
	エネルギー	579kcal	597kcal	582kcal	543kcal	508kcal	644kcal	619kcal	578kcal		604kcal

赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの