



令和7年度6月 献立予定表



香川県立香川東部支援学校

日	曜	こんだて			あか	おもにちやにくになる	き	おもにねつやちからものになる	みどり	おもにからだのちやうしきをとる	エネルギー kcal
		給食ウィーク（～6日まで）									
2	月	 こまつなサラダ  パエリア  オニオングラタンスープ 	あさり とりにく ぎゅうにゅう チーズ えび ベーコン	こめ あぶら パター ごまパン こむぎこ	ピーマン たまねぎ エリンギ トマト にんにく こまつな もやし コーン にんじん パセリ	718					
3	火	 ごはん  わふうハンバーグ  キャベツサラダ  コーンスープ 	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく とうふ たまご かまぼこ わかめ	こめ パンこ さとう あぶら じゃがいも	たまねぎ れんこん グリンピー ス コーン にんじん きゅうり キャベツ レモン エリンギ	773					
4	水	 むぎごはん  さかなのたつたあげ  だいこんのばいにくあえ  つきなじる 	ぎゅうにゅう たら かつおぶし うずらたまご あつあげ みそ	こめ むぎ さとう でんぶん こむぎこ あぶら こんにやく	しょうが だいこん ピーマン キャベツ こぼろ はくさい ねぎ にんじん うめ	716					
5	木	 ごはん  シーチキンとひじきのあえもの  じゃがいものそぼろに 	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あつあげ シーチキン ひじき	こめ じゃがいも こんにやく さとう あぶら	たまねぎ にんじん さやいんげん もやし ほうれんそう きゅうり コーン	702					
6	金	 コッペパン きなこバター  やさいのかおりあえ  チリコンカン 	ぎゅうにゅう とりにく きなこ とうにゅう だいず	パン じゃがいも パター さとう ごま	たまねぎ にんじん にんにく しめじ エリンギ トマト パセリ こまつな もやし キャベツ レモン	704					
9	月	 かんこくふう ませごはん  マカロニサラダ  ふわふわチーズスープ 	ぶたにく たまご ぎゅうにゅう ロースハム チーズ	こめ ごま スパゲティ パンこ あぶら	しょうが はくさい こまつな にんじん たけのこ エリンギ キャベツ きゅうり たまねぎ ほうれんそう	707					
10	火	 はつがげんまいごはん  かみかみ こんだて  ししゃものいそべあげ  きりぼしだいこんのあえもの  えのきのみそじる 	ぎゅうにゅう ししゃも たまご あぶらあげ みそ あおりの	こめ はつがげんまい こむぎこ さとう あぶら	だいこん きゅうり にんじん コーン レモン えのきたけ たまねぎ ねぎ	716					
11	水	 ピザトースト  フレンチサラダ  ポークシチュー 	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく	パン パターアーモンド さとう じゃがいも こむぎこ	にんにく たまねぎ マッシュルーム トマト ピーマン きゅうり にんじん キャベツ ブロッコリー しめじ	764					
12	木	給食試食会  はくさいとじゃこのサラダ  たまごカレー  パインヨーグルト 			うずらたまご とりにく チーズ ぎゅうにゅう ヨーグルト だいず ちりめん	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん にんにく えだまめ りんご はくさい きゅうり バイン トマト	804			
13	金	 むぎごはん  さばのみそに じゃこビー  たまねぎのみそじる 	ぎゅうにゅう しらすぼし かまぼこ あつあげ みそ さば	こめ むぎ こんにやく ごま あぶら	ピーマン えのきたけ にんじん たまねぎ ねぎ	716					
16	月	 あぶたまどん  キャベツのあえもの  ふしめんじる 	あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう とうふ のり わかめ	こめ むぎ さとう でんぶん ごま そうめん じゃがいも	たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ さやいんげん ねぎ こまつな キャベツ	704					
17	火	 ごはん  こまつなとたくあん のこまつな  ちりめんあますづけ  やきとうふのちゅうかに 	ぎゅうにゅう あつあげ やきとうふ ぶたにく えび うずらたまご しらすぼし	こめ さとう でんぶん ごま	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ にんにく しょうが こまつな もやし たくあん	724					
18	水	 むぎごはん  なすのはさみあげ  ミックスビーンズサラダ  きゃべつのみそじる 	ぎゅうにゅう たまご シーチキン あつあげ みそ ベーコン	こめ むぎ こめこ パンこ さとう あぶら	なす もやし きゅうり にんじん レモン キャベツ たまねぎ ねぎ	717					
19	木	 むぎごはん  もやしのあますあえ  いりとうふ 	ぎゅうにゅう とうふ とりにく たまご シーチキン	こめ むぎ さとう あぶら	にんじん たまねぎ こまつな しいたけ もやし ほうれんそう	711					
20	金	 コッペパン チョコクリーム  ごまじゃこサラダ  ラタトゥユ 	ぎゅうにゅう ぶたにく あさり しらすぼし ひじき	パン じゃがいも あぶら ごま さとう チョコクリーム	にんじん なす たまねぎ ズッキーニ ピーマン セロリ トマト にんにく こまつな キャベツ	714					
23	月	 ごはん  チンゲンサイのあえもの  ちくぜんに 	ぎゅうにゅう がんも あつあげ とりにく	こめ じゃがいも こんにやく さとう あぶら ごま	にんじん ごぼう さやいんげん しいたけ もやし チンゲンサイ	728					
24	火	 むぎごはん  てづくりツナクロック  キャベツのあえもの  とうふのみそじる 	ぎゅうにゅう シーチキン とうふ あぶらあげ みそ のり	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ パンこ ごま さとう あぶら	ピーマン たまねぎ こまつな キャベツ にんじん ねぎ	731					
25	水	 コッペパン  シーフードグラタン  フレンチサラダ  やさいスープ 	ぎゅうにゅう とりにく あさり えび チーズ ロースハム とうふ	パン じゃがいも こむぎこ あぶら パター	たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう キャベツ ピーマン きゅうり コーン こまつな はくさい ねぎ	711					
26	木	 おやこうどん  だいすのかきあげ  きゅうりのあますづけ 	とりにく たまご ぎゅうにゅう しらすぼし ひじき チーズ だいず	うどん でんぶん さとう ごま さつまいも こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ きゅうり キャベ ツ コーン	704					
27	金	 むぎごはん  だいこんサラダ  なすいりマーボーとうふ 	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あつあげ みそ	こめ むぎ さとう でんぶん あぶら ごま	なす にんにく しょうが ねぎ たけのこ にんじん チンゲンサイ たまねぎ しいたけ だいこん きゅうり	741					
30	月	 ジュシー  ゴーヤチャンプルー  もずくスープ  てづくりちんすこう 	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ とりにく たまご かつおぶし こんが ひじき	こめ むぎ こんにやく あぶら こむぎこ さとう	しょうが にんじん しいたけ にがりり もずく えのきたけ たまねぎ オクラ	705					



6月4日～10日までの1週間は「歯と口の健康週間」です。カルシウムの多い食べものや歯ごたえのある食品をよく噛んで食べて歯と口の健康に気をつけましょう。