

牛乳は毎日付きます。



# 6月 予定献立表



令和6年度  
大門中学校

日	曜	献立名		食品名						アレルギー食材
				赤(血や肉になる)		緑(体の調子を整える)		黄(熱や力になる)		
				1群	2群	3群	4群	5群	6群	
3	月	主食 とりごぼうごはん	副食 千草焼き★ はりはりづけ 豆腐のみそ汁	とり肉 卵★ 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳 わかめ	人参 小松菜	生姜 ごぼう 枝豆 キャベツ 切干大根 玉ねぎ えのきだけ ねぎ	ごはん 砂糖		卵★(千草焼き)
4	火	ミニコッペパン	鶏肉のマスタード焼き▼ 和風スパゲッティ ひよこ豆のスープ	とり肉 ベーコン ひよこ豆	牛乳	人参 ピーマン ブロッコリー	にんにく 玉ねぎ しめじ 白菜	ミニコッペパン パン粉 スパゲッティ	油	りんご▼(鶏肉のマスタード焼き)
5	水	ごはん	アジの竜田揚げ◆ コーンあえ 根菜汁 味付のり	アジ◆ 油揚げ みそ	牛乳 のり	ほうれん草 人参	生姜 もやし コーン 大根 ごぼう 玉ねぎ ねぎ	ごはん 砂糖 でんぷん	油	魚◆(アジの竜田揚げ)
6	木	コッペパン	ポテトカップグラタン◎ 花野菜サラダ 肉団子スープ 冷凍パイ	とり肉	牛乳 チーズ◎	ほうれん草 人参 ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ ブロッコリー	玉ねぎ カリフラワー もやし 干し椎茸 ねぎ 冷凍パイ	コッペパン じゃがいも 砂糖 小麦粉	油 ごま油	牛乳、チーズ◎ (ポテトカップグラタン)
7	金	ごはん	エビシューマイ※◆3個 中華あえ 野菜ラーメン	エビ※ タラすりみ◆ ぶた肉	牛乳	人参 ニラ	もやし にんにく 生姜 玉ねぎ キャベツ コーン たけのこ ねぎ	ごはん 砂糖 シューマイの皮 中華麺	油 ごま油	エビ※、タラすりみ◆(エビシューマイ)
10	月	ごはん	サバのカレー焼き◆ 茎わかめのきんぴら 高野豆腐のみそ汁 オレンジ	サバ◆ ぶた肉 みそ 高野豆腐	牛乳 茎わかめ	人参	ごぼう こんにゃく 大根 しめじ ねぎ オレンジ	ごはん	油	魚◆(サバのカレー焼き)
11	火	ごはん	豚肉と大豆のみそがらめ 昆布あえ なめこ汁	ぶたレバー ぶた肉 大豆 みそ 油揚げ	牛乳 昆布	人参	生姜 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 白菜 なめこ ねぎ	ごはん 砂糖 でんぷん	油	
12	水	ごはん	射水サクラマスのから揚げ◆ ほうれん草とひじきのあえもの ニラ玉汁★ ヨーグルト◎	サクラマス◆ 豆腐 みそ 卵★	牛乳 ひじき ヨーグルト◎	ほうれん草 人参 ニラ	もやし 玉ねぎ えのきだけ ねぎ	ごはん 砂糖 でんぷん	油	魚◆(射水サクラマスのから揚げ) 卵★(ニラ玉汁) 乳◎(ヨーグルト)
13	木	コッペパン	鶏肉のごま焼き● ビーンズサラダ クリームスープ◎ 冷凍りんご▼	とり肉 大豆 いんげん豆 ベーコン	牛乳	人参 ブロッコリー	生姜 きゅうり コーン 玉ねぎ 白菜 冷凍りんご▼ マッシュルーム	コッペパン 砂糖 米粉 じゃがいも	ごま● 油 バター◎ 生クリーム◎	ごま●(鶏肉のごま焼き) 牛乳、バター、生クリーム◎ (クリームスープ) りんご▼(冷凍りんご)
14	金	ごはん	ワカサギの南蛮漬け◆3尾 ごまあえ● 野菜のうま煮	ワカサギ◆ とり肉 厚揚げ	牛乳 昆布	人参 小松菜 さやいんげん	キャベツ たけのこ 干し椎茸 こんにゃく	ごはん でんぷん 砂糖	油 ごま● じゃがいも	魚◆(ワカサギの南蛮漬け) ごま●(ごまあえ)
17	月	ごはん	揚げギョウザ3個 韓国風あえもの 麻婆豆腐	ぶた肉 赤みそ 豆腐	牛乳	人参 小松菜	もやし にんにく 生姜 玉ねぎ 干し椎茸 たけのこ ねぎ	ごはん 砂糖 でんぷん ギョウザの皮	油 ごま油	
18	火	食パン	タンドリーチキン◎ マカロニサラダ コンソメスープ メープルジャム	とり肉 ウインナー	牛乳 ヨーグルト◎	人参 パセリ粉	キャベツ きゅうり 玉ねぎ しめじ コーン	食パン マカロニ じゃがいも メープルジャム	和風ドレッシング	ヨーグルト◎(タンドリーチキン)
19	水	ごはん	アンサンブルエッグ◎★ こんにゃくサラダ ハヤシライス アメリカンチェリー3個	卵★ ベーコン ぶた肉	牛乳 チーズ◎ わかめ	人参 ブロッコリー	こんにゃく コーン にんにく 玉ねぎ アメリカンチェリー	ごはん じゃがいも	油 青じそドレッシング	卵★、チーズ◎ (アンサンブルエッグ)
20	木	コッペパン	イカと大豆のケチャップがらめ こふきいも 春雨スープ	イカ 大豆 とり肉	牛乳	人参 パセリ粉	玉ねぎ 白菜 たけのこ 干し椎茸 ねぎ	コッペパン でんぷん 砂糖 じゃがいも 春雨	油	
21	金	ごはん	プルコギ 大根サラダ わかめスープ	ぶた肉 とり肉 豆腐	牛乳 わかめ	ピーマン 赤パプリカ 人参	生姜 玉ねぎ こんにゃく 大根 きゅうり コーン 白菜 もやし ねぎ	ごはん 砂糖	ごま油 油	
24	月	ごはん	イワシのカリカリフライ◆3尾 ゆかりあえ 豚汁 冷凍みかん	イワシ◆ ぶた肉 みそ	牛乳	小松菜 人参	キャベツ 大根 玉ねぎ しそ こんにゃく ねぎ 冷凍みかん	ごはん 砂糖 でんぷん さつまいも	油	魚◆(イワシのカリカリフライ)
25	火	カレーピラフ◎	肉団子3個 フレンチサラダ ポトフ	ぶた肉 とり肉	牛乳	ピーマン 赤パプリカ 人参 パセリ粉	玉ねぎ カリフラワー きゅうり キャベツ コーン	ごはん 砂糖 じゃがいも	バター◎ 油	バター◎(カレーピラフ)
26	水	ごはん	赤魚のマヨネーズ焼き◆★ ひじきの炒め煮 豆乳汁	赤魚◆ とり肉 みそ 油揚げ 豆乳	牛乳 ひじき	人参 さやいんげん	こんにゃく 干し椎茸 玉ねぎ 大根 白菜 ねぎ	ごはん 砂糖	油 マヨネーズ★	魚◆、マヨネーズ★ (赤魚のマヨネーズ焼き)
27	木	揚げパン	ウインナー2本 パインサラダ ワンタンスープ	きなこ ウインナー とり肉	牛乳	人参 ニラ	パイン缶 キャベツ きゅうり もやし 白菜 たけのこ 干し椎茸	コッペパン 砂糖 ワンタン	油	
28	金	ごはん	ハンバーグの玉ねぎソース 三色ひたし じゃがいものみそ汁	ぶた肉 とり肉 みそ	牛乳 わかめ	人参 小松菜	玉ねぎ もやし えのきだけ ねぎ	ごはん 砂糖 でんぷん じゃがいも	油	

### 食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合には、献立名の横に印を付けました。参考にしてください。

卵・卵製品・・・★ 乳製品・・・◎ エビ・カニ・・・※

魚類・・・◆ ごま・・・● りんご、バナナ、もも・・・▼

(注) パンには印は付いていませんが、乳(脱脂粉乳)が含まれています。

※献立は都合により変更になることがあります。