

令和7年 6月 給食予定献立表 (17回)

静岡大学教育学部附属浜松小中学校

日付		曜日	牛乳	献立名			アレルギー			おもな材料				小学校 (3・4年)	中学校		
日付		曜日	牛乳	献立名			乳製品	卵	小麦 えび・かに	落花生	体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)	その他	1献立 - (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)	1献立 - (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)	
2	月		ごはん									ごはん			536 22.7 17.0 2.7	681 27.9 19.1 3.4	
			シシリアンライス (にく)					ぎゅうにく	たまねぎ にんにく しょうが	さとう 油	酒 しょうゆ みりん						
			(そえやさい)						キャベツ きゅうり パプリカ		塩						
			(マヨネーズこぶくろ)	*			たまご		油 さとう	塩 酢							
3	火		オニオンスープ								たまねぎ にんじん パセリ			やさしい 13% 塩 こしょう 白だし しょうゆ	639 25.9 29.5 3.4	820 32.5 38.0 4.7	
			せわりパン	*	*					パン							
			ウインナー					ポークウインナー			トマトチャップ 白だし ウスターソース						
			キャベツソテー						キャベツ コーン アスパラガス	オリーブオイル	塩 こしょう						
4	水		だいずのトマトスープ							ベーコン だいず	たまねぎ にんじん トマト にんにく	じゃがいも	やさしい 13% 塩 こしょう				
			小学校：3時間下校 中学校：お弁当の日														
			ごはん							ごはん							
			ししゃものあおのりフライ		*			からふとししゃも あおのり		パンこ 油	塩						
5	木		たくあんのパリパリあえ							かつおぶし	キャベツ きゅうり たくあん		塩 しょうゆ	568 19.5 18.3 1.7	704 24.3 21.9 2.2		
			きりぼしだいこんのみそしる					はままつみそ	きりぼしだいこん ねぎ にんじん えのきたけ		かつおだし						
			ごはん							ごはん							
			がんもどきのにもの					がんもどき		さとう	かつおだし しょうゆ みりん						
6	金		とんじる							ぶたにく はままつみそ	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	さといも	かつおだし	545 19.8 14.3 2.0	706 24.9 16.8 2.3		
			あまなつかん						あまなつかん(缶)								
			中学校学校公開日(3時間下校)														
			うどん		*					うどん							
9	月		うどんつゆ							とりにく かまぼこ	にんじん ねぎ しいたけ	でんぶん	かつおだし しょうゆ みりん	644 26.8 21.7 3.9	中学校 なし (振替 休日)		
			たこやき	*	*	*		たこ にゅうせいひん かつおぶし たまご あおのり	べにしょうが	こむぎこ 油 でんぶん	たこやきソース						
			チンゲンサイのソテー						チンゲンサイ ぶなしめじ	オリーブオイル	塩 こしょう						
			入梅														
10	火		ごはん									ごはん		560 24.8 18.0 1.9	712 30.5 20.9 2.5		
			いわしのうめに					いわし	ばいにく (うめ) しそ	さとう でんぶん	しょうゆ みりん 塩						
			こうやどうふのふくめに					こうやどうふ とりにく	にんじん たけのこ こんにゃく	さとう	かつおだし しょうゆ みりん						
			たまねぎのみそしる					油あげ はままつみそ	たまねぎ にんじん ねぎ		かつおだし						
11	水		小学校：お弁当の日 中学校：3時間下校														
12	木		パン	*	*							パン		571 26.0 26.3 2.9	中学校 なし (3時間 下校)		
			とりにくのからあげ					とりにく	しょうが にんにく	でんぶん 油	しょうゆ 酒						
			もやしのナムル						もやし コーン	ごま油	しょうゆ 酢 ラー油						
			コンソメスープ						たまねぎ にんじん キャベツ		やさしい 13% 塩 こしょう しょうゆ						
13	金		ごはん									ごはん		621 26.2 18.6 2.0	768 31.5 21.1 2.5		
			ぶたにくどんぶり					ぶたにく	たまねぎ にんじん さやえんどう こんにゃく しょうが	さとう	しょうゆ 酒 みりん						
			かきたまじる	*				たまご とうふ	たまねぎ にんじん みつば	でんぶん	しょうゆ 塩 かつおだし						
			いちごヨーグルト	*				ヨーグルト かんてん	いちご	さとう							

毎年6月は、食育月間です。6月16日(月)から27日(金)の給食では、浜松市や静岡県内の料理や食べ物がたくさん登場します。献立表に**太字**で書いているので、チェックしてみてくださいね！



日付	曜日	牛乳	献立名	アレルギー				おもな材料				小学校 (3・4年) 1食分 - (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)	中学校 1食分 - (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)
				乳製品	卵	小麦	えび・かに	落花生	体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)		
16	月		ごはん							ごはん		577 22.3 19.4 1.6	725 27.2 22.4 2.0
			チンジャオロースー					ぶたにく	ピーマン たまねぎ あかパプリカ たけのこ しょうが にんにく	油 でんぷん ごま油	酒 こしょう しょうゆ 塩 オスターソース		
			ワンタンスープ			*			にんじん ねぎ	ワンタンのかわ ごま油	かつおだし 塩 酒 しょうゆ		
			しずおかミルクレープ	*	*	*		にゅうせいひん たまご セラチン		さとう こむぎこ でんぷん 油			
17	火		パン	*		*				パン		568 25.5 22.9 3.3	769 30.3 25.9 4.1
			しもだバーガー (あかうおフライ)			*		あかうお		パンこ こむぎこ でんぷん 油 さとう	しょうゆ みりん 赤ワイン 塩		
			(スライスチーズ)	*				チーズ					
			(サワーキャベツ)						キャベツ		りんご酢 塩 こしょう		
			キャロットスープ					ウインナー	たまねぎ にんじん コーン パセリ		やさしい 塩 こしょう 白ワイン		
18	水		お弁当の日										
19	木		ごはん							ごはん		572 23.7 17.4 1.4	718 28.7 19.9 1.7
			いりどうふ			*		とうふ ぶたにく たまご	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ	さとう 油	塩 酒 しょうゆ		
			ほうれんそうのごまあえ						ほうれんそう にんじん	さとう ごま	しょうゆ みりん		
			さくらんぼゼリー						さくらんぼ レモンかじゅう	さとう	ワイン		
20	金		ごはん							ごはん		561 17.9 14.9 2.4	681 21.8 18.0 3.2
			はままつぎょうざ			*		ぶたにく	キャベツ しょうが にら にんにく	こむぎこ でんぷん ごま油 油 さとう	塩 こしょう		
			もやしいため					ハム	もやし コーン	ごま油	塩 しょうゆ		
			つみれじる					すけそうだら・たい (つみれ)	にんじん だいこん はだいこん	さとう・でんぷん・油 (つみれ)	かつおだし 塩 酒 しょうゆ		
23	月		ごはん							ごはん		555 23.7 16.7 2.5	705 28.6 19.2 3.1
			いりどり					とりにく さつまあげ	にんじん さやいんげん ごぼう しいたけ たけのこ こんにゃく	油 さとう	しょうゆ みりん 酒		
			たまごやき			*		たまご		さとう 油 でんぷん	かつおだし 塩 しょうゆ		
			あおさのみそしる					はままつみそ はまなこあおのり	とうがん えのきたけ		かつおだし		
24	火		パン	*		*				パン		661 20.7 30.8 2.8	820 25.2 35.7 3.5
			メイプルジャム					かんてん		メイプルシロップ さとう			
			なつやさいの ラタトゥイユ					ベーコン	なす ピーマン スキニ セロリー たまねぎ にんじん にんにく トマト トマトピューレ	オリーブオイル	塩 こしょう 赤ワイン		
			うなぎいもコロケ			*				さつまいも パンこ こむぎこ でんぷん 油 じゃがいも			
25	水		お弁当の日										
26	木		ごはん							ごはん		671 17.2 21.2 2.0	829 20.7 23.7 2.6
			はままつたっぷりカレー			*		ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト セロリー しょうが にんにく りんごソース	さつまいも オリーブオイル こむぎこ 油 さとう(ワタカレー)	やさしい 塩 赤ワイン 加えて ポークエキス(ワタカレー) り カレーこ スターソース		
			コールスローサラダ						キャベツ にんじん コーン	油・さとう(ドレッシング)	塩		
			シークワーサータルト					とうにゅう だいすこ	シークワーサー こんにゃく	さとう こめこ 油			
27	金		ごはん							ごはん		608 24.4 19.1 1.9	769 30.0 22.6 2.5
			とりたまそぼろどん			*		とりにく いりたまご	にんじん もやし えだまめ しょうが にんにく	油 さとう ごま油	酒 トマトソース しょうゆ		
			すいぎょうざスープ			*		ぶたにく(すいぎょうざ)	たまねぎ(すいぎょうざ) にんじん キャベツ にら	こむぎこ・油・パンこ (すいぎょうざ) ごま油	やさしいブイヨン 塩 酒 しょうゆ		
			すいか						すいか				
30	月		ごはん							ごはん		602 19.0 15.6 1.5	774 22.5 17.9 1.8
			なごしのかきあげどん			*			たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく	こむぎこ 油	塩		
			てんつゆ							さとう	かつおだし しょうゆ みりん		
			とりごぼうのすましじる					とりにく 油あげ	たまねぎ ごぼう ぶなしめじ ねぎ		かつおだし 塩 しょうゆ		
			みずようかん					こしあん		さとう			

※ アレルギー物質が使用されている献立は、横に＊印がついています。ただし、加工食品（ベーコン・フライ類・デザート類など）は、十分な表記ができない場合があります。心配な場合は必ず学校へ確認をしてください。

※ 都合により、献立を変更する場合があります。