

[ 令和8年6月 献立予定表 ]

(A) 福井市学校給食センター

日	献立名	アレルギー			材料の名前と働き						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		小麦	卵	乳	赤 (おもに体を作るものになる)		緑 (おもに体の調子を整えるものになる)		黄 (おもにエネルギーのものになる)		小学校	中学校
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・大豆	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物等	米・パン・麺 いも・砂糖	油脂		
1 日 (月)	ごはん									こめ	634	760
	納豆(たれ付)				なっとう							
	鶏肉と里芋の煮物				とりくに あつあげ さつまあげ ぶたにく		にんじん	だいこん こんにやく	さといも さとう			
	中華炒め						にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが		あぶら		
牛乳			○		牛乳							
2 日 (火)	ごはん									こめ	558	658
	豚肉と野菜のみそ炒め				ぶたにく みそ		ピーマン	たまねぎ	さとう	あぶら		
	うららのドレッシングあえ						にんじん	きゅうり キャベツ		うららのドレッシング		
	豆腐のすまし汁				かまぼこ とうふ		にんじん	たまねぎ しめじ ねぎ				
牛乳			○		牛乳							
3 日 (水)	ごはん									こめ	606	717
	肉団子のトマト煮				ぶたにく とりにく		ごしのルビー	たまねぎ にんにく	さとう てんぷん みずあめ	だいずあぶら		
	春雨サラダ						にんじん	きゅうり とうもろこし	ほろさめ	マヨネーズ風 ドレッシング		
	ジュリアンスープ				ベーコン		にんじん	だいこん たまねぎ				
牛乳			○		牛乳							
4 日 (木)	チキン ソースカツ丼			○	ごはん デザート選択給食					こめ	727	857
	ウインナー入り野菜ソテー				デザート あまなつゼリー さくらんぼゼリー		カットウインナー	ピーマン	キャベツ	あげあぶら		
	さつま汁				とりくに だいずこ		あぶらあげ みそ	にんじん	ねぎ ほくさい だいこん	あぶら		
	牛乳			○		牛乳		あまなつ さくらんぼ さくらんぼ レモン	さとう さとう	さつまいも		
5 日 (金)	麦ごはん									こめ むぎ	633	751
	カレーシチュー				ぶたにく		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	カレールー		
	もやしとベーコンのソテー				ベーコン		にんじん	キャベツ もやし しめじ		あぶら		
	かみかみチップ						にぼし こんぶ		さとう	ごま		
牛乳			○		牛乳							
8 日 (月)	ごはん									こめ	710	866
	米粉揚げぎょうざ				ぶたにく		にら	キャベツ しょうが	てんぷん さとう こめこ みずあめ	ラード あげあぶら		
	マーボー豆腐				とうふ ぶたにく みそ		にんじん	しょうが にんにく ねぎ	さとう てんぷん	だいずあぶら あぶら ごまあぶら		
	チンゲンサイ炒め						チンゲンサイ にんじん	たまねぎ キャベツ		あぶら		
牛乳			○		牛乳							
9 日 (火)	ごはん(小学校)									こめ	619	837
	プラスコッペパン(中学校)			○						パン		
	鶏肉のマーマレードソース				とりにく					マーマレード てんぷん		
	マッシュポテト						ベーコン	にんじん みずな	だいこん キャベツ	じゃがいも		
牛乳			○		牛乳				おぎ			
10 日 (水)	ごはん									こめ	606	721
	ぶりミンチカレーフライ			○	ぶり					パンこ てんぷん		
	お豆のサラダ				だいず			えだまめ キャベツ きゅうり		あけあぶら		
	わかめスープ				ぶたにく		わかめ	にんじん	とうもろこし だいこん たまねぎ	フレンチドレッシング		
牛乳			○		牛乳							
11 日 (木)	ごはん									こめ	682	824
	鶏肉のらっきょうだれ				とりにく			らっきょう たまねぎ	てんぷん	あげあぶら		
	ひじきとれんこんの炒め煮				ちくわ		ひじき	にんじん	れんこん こんにやく	さとう		
	のっぺい汁				あつあげ		にんじん	だいこん ねぎ ごぼう	さといも てんぷん	あぶら		
牛乳			○		牛乳							
12 日 (金)	ごはん									こめ	612	728
	揚げしいらの梅肉ソース				しいら				うめぼし	てんぷん さとう		
	荻わかめのきんぴら						くさわかめ	にんじん	ごぼう こんにやく	あぶら ごま		
	根菜みそ汁				とうふ みそ		にんじん	たまねぎ れんこん ねぎ				
牛乳			○		牛乳							
15 日 (月)	ごはん									こめ	597	720
	焼きさわらの甘みそだれ				さわら みそ					さとう		
	キャベツの煮浸し				あぶらあげ		にんじん こまつな	キャベツ		あぶら		
	具だくさん汁				とりにく とうふ		にんじん	だいこん たまねぎ ねぎ ほししいたけ				
牛乳			○		牛乳							

