

令和 8 年 6 月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g		
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつちもちからなるもの	ビタミン からだのちよじまどとめえるもの	調味料ほか				
★ はし	1	月	セルフフィッシュバーガー (バーガーパン・魚フライ ・ポイルキャベツ・1食とんかつソース)	魚フライ(ホキ)	魚フライ(パン粉・小麦粉・でん粉) なたね油 パン	キャベツ	魚フライ(食塩) とんかつソース	556	25.0	
			牛乳	牛乳						
★ はし	2	火	グラムチャウダー ごはん	牛乳	牛乳	たまねぎ こんにんじん しめじ コーン パセリ	米	米	549	19.6
			牛乳	牛乳						
★ はし	3	水	ミートボールの酢豚風	肉団子(牛肉・鶏肉・豚肉) うずら卵	肉団子(パン粉・小麦粉・でん粉・砂糖) じゃがいも 砂糖 でん粉 サラダ油	肉団子(たまねぎ) たまねぎ こんにんじん こいちちしょうゆ	肉団子(しょうゆ・食塩・香辛料) ケチャップ こいちちしょうゆ 黒酢 オイスターソース 酢	567	21.0	
			牛乳	牛乳						
★ はし	4	木	ミックスひじき	鶏肉 厚揚げ ひじき	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ こんにんじん コーン グリンピース	こいちちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒	506	26.9	
			牛乳	牛乳						
★ はし	5	金	かみかみごはん (麦入りさくらごはん)	しらす干し 大豆	さつまいも 砂糖 ごま なたね油	だいごん 百ごんにやく こんにんじん しめじ	うすくちしょうゆ 酒	581	21.5	
			牛乳	牛乳						
★ はし	8	月	カラフルボーケビーンズ	豚肉 大豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 えんどう豆	じゃがいも サラダ油	たまねぎ こんにんじん えだまめ こんにん	ケチャップ ビーフルー デミグラスソース	521	26.3	
			牛乳	牛乳						
★ はし	9	火	ハムと小松菜のソテー	白花豆 金時豆	サラダ油	ごまつな たまねぎ コーン こんにん	ごまつな たまねぎ コーン こんにん	550	24.1	
			牛乳	牛乳						
★ はし	10	水	マーボーかぼちゃ	厚揚げ 牛肉 豚肉 大豆 赤みそ	砂糖 でん粉 サラダ油 ごま油	かぼちゃ たまねぎ たけのこ こんにん	ケチャップ こいちちしょうゆ 酒	581	22.6	
			牛乳	牛乳						
★ はし	11	木	カレーうどん	鶏肉 かまぼこ 粉チーズ	うどん サラダ油	たまねぎ こんにんじん ビーマン こんにん	カレーうどん ケチャップ こいちちしょうゆ 赤ワイン	573	24.8	
			牛乳	牛乳						
★ はし	12	金	のりつくた煮	のり ひじき 煮干し かつお	米		しょうゆ みりん 増粘多糖類	621	29.5	
			牛乳	牛乳						
★ はし	16	火	わかめちゃんサラダ	わかめ くわわかめ 赤つのまた 青つのまた	小麦粉 砂糖 ぶどう糖 植物油	たまねぎ こんにんじん グリンピース	カレーうどん ケチャップ ウスターソース	617	20.9	
			牛乳	牛乳						
★ はし	17	水	★九州味めぐり給食(鹿児島県)	小豆	小豆	だいごん きゅうり コーン	青じそドレッシング	551	19.9	
			牛乳	牛乳						

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

令和8年6月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちようしとどのえるもの	調味料ほか		
★ はし	木	セルフツナサンド (食パン・ツナソテー)	まぐろ	ノンエッグマヨネーズ パン	キャベツ コーン 小松菜	うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう	500	22.6
		牛乳	牛乳					
		ミネストローネ	ベーコン 白いんげん豆 ひよこ豆 赤いんげん豆 いんげん豆	じゃがいも スパゲッティ	キャベツ ブロッコリー トマト にんじん	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう		
		1食チーズ	チーズ					
★ はし	金	セルフおにぎり (ごはん・のり・かつおみそ)	かつお みそ(赤・合わせ) のり	砂糖 ごま ごま油 米		酒 みりん	617	26.4
		牛乳	牛乳					
		かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉 うずら卵 大豆 厚揚げ さつま揚げ	砂糖 サラダ油 でん粉	かぼちゃ たまねぎ 糸こんにやく にんじん えだまめ しいたけ しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒		
★ はし	月	黒砂糖パン		パン			507	20.0
		牛乳	牛乳					
		ジュリアンスープ	ベーコン	じゃがいも	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう		
		ペンネのミートソースかけ	豚肉 大豆 粉チーズ 脱脂粉乳	フジリ サラダ油	たまねぎ にんじん パセリ にんにく	ケチャップ トマトピューレー デミグラスソース 赤ワイン こいくちしょうゆ ウスターソース 食塩 白こしょう		
★ はし	火	奄美の鶏飯 (1食のり)	鶏肉 鶏卵 のり	砂糖 サラダ油 米	にんじん 山川漬 しいたけ 葉ねぎ 深ねぎ しょうが	チキンガラスープ 酒 みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 食塩	634	30.3
		牛乳	牛乳					
		切干しだいごんのごま炒め	まぐろ	すりごま 砂糖 ごま油	ごまつな 切干しだいごん	こいくちしょうゆ		
		ヨーグルト	ヨーグルト					
★ はし	水	ごはん		米			559	21.1
		えごまふりかけ	かつお節 わかめ 焼きのり あおさ粉 こんぶエキス	コーンスターチ 砂糖 麦芽糖 水あめ でん粉	えごま かぼちゃ むらさきいも ジンジャー粉	魚醤 食塩 発酵調味料 酵母エキス		
		牛乳	牛乳					
		豆腐とほうれん草のみそ汁	豆腐 合わせみそ 粉豆腐		ほうれんそう たまねぎ にんじん えのきたけ もやし	かつお節(だし)		
		さばの煮物 添え野菜	さば 昆布エキス	砂糖 でん粉	オニオンエキス キャベツ にんじん	しょうゆ みりん カレー粉		
★ はし	木	テーブルロールパン		パン			536	21.1
		牛乳	牛乳					
		なすとトマトのスパゲッティ	鶏肉 ベーコン	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ なす にんじん トマト ビーマン エリンギ ズッキーニ にんにく	ケチャップ トマトピューレー ウスターソース 白ワイン コンソメ		
★ はし	金	ミックスフルーツ		ゼリー(砂糖・ぶどう糖果糖液糖)	黄もも 白もも みかん バイン りんご ゼリー(さくらんぼ果汁)	ゼリー(増粘多糖類・香料) ビタミン飲料の素	559	22.5
		ブルコギどんぶり	豚肉(もも・ばら) 赤みそ 昆布	ごま サラダ油 ごま油 米	キャベツ たまねぎ にんじん ビーマン りんご にんにく しょうが	こいくちしょうゆ ケチャップ ウスターソース みりん 酒 一味とうがらし		
		牛乳	牛乳					
		かぼちゃのみそ汁 レモンゼリー	豆腐 合わせみそ		かぼちゃ たまねぎ にんじん もやし 葉ねぎ レモン果汁	かつお節(だし) ゲル化剤 香料		
★ はし	月	米粉入りパン		パン			535	23.7
		マージナルビーンズ	大豆粉 脱脂粉乳	食用油脂 砂糖 ぶどう糖		ココアパウダー 食塩 香料		
		牛乳	牛乳					
		トマトと卵のスープ	鶏卵 ベーコン	でん粉	トマト たまねぎ レタス にんじん	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう		
★ はし	火	鶏肉の炒め物	鶏肉	砂糖 でん粉 ごま油	ニンニクの芽 しいたけ しょうが	こいくちしょうゆ 酒 うすくちしょうゆ	601	24.4
		ごはん		米				
		牛乳	牛乳					
		じゃがいものそぼろ煮	鶏肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ 大豆	じゃがいも 砂糖 でん粉 サラダ油	たまねぎ にんじん 白こんにやく いんげん しいたけ しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん かつお節(だし)		
にがうりどじゃこのつくだ煮	しらす干し かつお節	ビーナッツ 砂糖 サラダ油 ごま油	にがうり にんじん しいたけ しょうが にんにく	こいくちしょうゆ みりん				

令和8年6月分平均栄養量	
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
565	23.5

お知らせ

＜今月の行事＞

4日(木)～10日(水) 歯と口の健康週間
 14日(日) 日曜参観日(給食なし)
 15日(月) 日曜参観振替休日
 19日(金) 食育の日(放送)

※ 6月は「食育月間」です！！

＜はしをもってくる日＞

★の日は、「はし」をもってくる日です。
 きれいにあらったはしを、わすれないようにもってきましょう。

2日 3日 5日 9日 10日 11日
 12日 17日 19日 24日 30日

食中毒が発生しやすい季節です！

梅雨の時期は、湿度や気温が高くなり、細菌による食中毒が発生しやすくなります。予防するには、石けんを泡立ててしっかり手を洗う習慣を付けましょう。食材は低温で保存し、しっかりと加熱調理することが大切です。さらに、調理したものは早めに食べるようにしましょう。

