

毎日つきます。
スプーンがつきます。

令和8年6月分 小・中学校給食予定献立表



食物のからだの中での3つの働き (○黄のなかま…熱や力になるもの ●赤のなかま…血、肉、骨を作るもの ●緑のなかま…体の調子をよくするもの)

東根市学校給食センター

日 (曜日)	主 食	お か ず	*太字は、今月の地産地消費材です。	小学校の熱量 中学校の熱量
1 (月)	黒コッペパン 	ポロニアソーセージカツ (○ポロニアソーセージカツ ○あぶら) 小松菜サラダ (●こまつな ●もやし ●キャベツ ●コーン しょうゆ ○こめあぶら す レモンかじゅう ○さとう しお こしょう こながらし) しお こしょう クリームシチュー (○とりにく ○じゃがいも ●たまねぎ ●にんじん ○とうにゅうバター ●グリーンピース 28品目不使用シチュールウ げんえんやさいパイオン ○とうにゅう)		682 828
2 (火)	かみかみ献立 ごはん	カミカミタコメンチカツ (○カミカミタコメンチ ○こめあぶら) よくかむふりかけ (○よくかむふりかけ) かみかみサラダ (●きりぼしだいこん ○ツナ ●キャベツ ●きゅうり ●あかピーマン ●コーン ○ノンエッグマヨネーズ ○こめあぶら しょうゆ さとう しお こしょう) 豆腐スープ (○とうふ ○わかめ ●ほししいたけ ●にんじん ●ねぎ しょうゆ げんえんとりガラスープ さけ しお こしょう ○ごまあぶら)		661 765
3 (水)	ごはん	和風肉団子 (○わふうにくだんご) …1人2こ ビーフン炒めカレー味 (○ぶたにく ○ビーフン ●キャベツ ●もやし ●にんじん ●ピーマン ○こめあぶら げんえんとりがらスープ カレーこ しお こしょう しょうゆ) 玉ねぎのみそ汁 (●たまねぎ ○なまあげ ●ぶなしめじ ○さば・イワシがし ○みそ)		621 734
4 (木)	ごはん	さんまのみぞれ煮 (○さんまみぞれに) シャキシャキサラダ (○じゃがいも ○わかめ ●きゅうり ○かんでん ●にんじん ○こめあぶら す しょうゆ ○さとう しお こしょう) エビボールスープ (○エビボール ●もやし ●にんじん ●チンゲンサイ げんえんとりがらスープ しょうゆ しお こしょう)		604 703
5 (金)	ごはん	ちくわの磯辺揚げ (○ちくわいそべてんがら ○あぶら) みそ野菜炒め (○ぶたにく ●もやし ●たまねぎ ●キャベツ ●にんじん ●ピーマン ○こめあぶら ○ごまあぶら げんえんとりがらスープ ○みそ しょうゆ みりん ○さとう もずくスープ (○もずく ○とうふ ●ほししいたけ ●ねぎ げんえんとりがらスープ しょうゆ しお さけ こしょう)		684 790
8 (月)	食パン 	鶏肉のマーマレード焼き (○とりにく しお こしょう しろワイン ○マーマレード ○さとう しょうゆ) メープルジャム (○メープルジャム) 和風サラダ (●キャベツ ●もやし ●きゅうり ●にんじん ●コーン ○かつおぶし しょうゆ す ○こめあぶら しお こなわさび) ミネストローネ (○ミッドピース ○ウインナー ○じゃがいも ●たまねぎ ●にんじん ●パセリ ●ダイストマト げんえんやさいパイオン しょうゆ しお こしょう)		622 777
9 (火)	東根さくらんぼ給食 麦入りごはん (○むぎ ○ごはん)	ポークカレー (○ぶたにく ○とりレバー ○じゃがいも ●たまねぎ ●にんじん ●グリーンピース ●にんにく ○こめあぶら カレールウ ケチャップ げんえんちゅうのうソース エビカツ (○エビカツ ○こめあぶら) 東根さくらんぼ (●さくらんぼ) ……1人4粒程度 ※東根王国ひがしね地産地消協議会より提供していただきます。		715 861
10 (水)	ワールドカップ献立 ごはん	イラストコロッケ (○イラストコロッケ ○こめあぶら) ポークチャップ (○ぶたにく しろワイン しお こしょう ●たまねぎ ○こめあぶら ケチャップ げんえんちゅうのうソース ○かたくりこ) キャベツのコンソメスープ (●キャベツ ●にんじん ●ぶなしめじ ●コーン ●にんにく ○こめあぶら しょうゆ げんえんやさいパイオン しお こしょう)		676 826
11 (木)	入梅献立 ごはん	いわしの梅煮 (○いわしうめに) 肉じゃが (○ぶたにく ○じゃがいも ●たまねぎ ●にんじん ●つきこんやく ●グリーンピース しょうゆ さけ みりん ○さとう) 中華スープ (○かまぼこ ●もやし ●コーン ●ほししいたけ ●チンゲンサイ げんえんとりがらスープ しょうゆ さけ しお こしょう)		572 686
12 (金)	ごはん	ささみと麩のさっぱりあえ (○とりささみ しお こしょう ○やきふ ○かたくりこ ○こめあぶら ●たけのこ ●にんじん ●えだまめ しょうゆ す さけ みりん ○さとう) すりごまあえ (●キャベツ ●もやし ●きゅうり ●にんじん ○すりごま しょうゆ ○さとう しお) 豆腐のみそ汁 (○とうふ ○あぶらあげ ●ねぎ ○さば・イワシがし ○みそ)		658 796
15 (月)	麦入りごはん (○むぎ ○ごはん)	マーボー丼の具 (○とうふ ○ぶたひきにく ●たまねぎ ●にんじん ●ねぎ ●にんにく ●しょうが ○こめあぶら ●グリーンピース しょうゆ ○みそ げんえんとりがらスープ 海そうサラダ (○かいそう ●キャベツ ●きゅうり ●にんじん ●コーン あおじそドレッシング) デザート (○プリン [乳・卵なし]) ……業者が直接学校に配達します。		643 767
16 (火)	麦入りごはん (○むぎ ○ごはん)	ハヤシライス (○ぶたにく ○じゃがいも ●たまねぎ ●にんじん ●にんにく ○こめあぶら ●グリーンピース こめハヤシルウ ケチャップ トマトピューレ げんえんちゅうのうソース ごぼうサラダ (○ツナ ●ごぼう ●きゅうり ●にんじん ●コーン ○ノンエッグマヨネーズ ○こめあぶら す ○さとう しょうゆ しお こしょう) しお ○さとう デザート (○いちごゼリー) ……業者が直接学校に配達します。		722 870
17 (水)	ごはん	メンチカツ (○メンチカツ ○こめあぶら) ……小袋減塩ソース おなかサラダ (●キャベツ ●もやし ●こまつな ●にんじん ○かつおぶし しょうゆ ○こめあぶら す ○さとう しお こなわさび) あさりのみそ汁 (○とうふ ●たまねぎ ●にんじん ●あさり さけ ○さば・イワシがし ○みそ)		656 769
18 (木)	ごはん	照焼ハンバーグ (○ハンバーグ しょうゆ さけ ○さとう みりん ○かたくりこ) 春雨サラダ (○はるさめ ●キャベツ ●きゅうり ●もやし ●にんじん す ○こめあぶら ○ごまあぶら しょうゆ ○さとう しお) じゃが芋汁 (○じゃがいも ●たまねぎ ○あぶらあげ ○さば・イワシがし しょうゆ さけ しお みりん)		626 763
19 (金)	ごはん	いかメンチカツ (○いかメンチカツ ○こめあぶら) ……小袋減塩ソース ひじきの炒め煮 (○ひじき ●あぶらあげ ●こんにやく ●にんじん ●えだまめ ○こめあぶら しょうゆ ○さとう みりん さけ) こしょう ○かたくりこ 五目タンメン風スープ (○ぶたにく ○なると ●キャベツ ●もやし ●たまねぎ ●にんじん ●ほししいたけ ○こめあぶら げんえんとりガラスープ しお さけ しょうゆ)		647 782
22 (月)	地産地消ウィーク(～26日) コッペパン 	かぼちゃコロッケ (○かぼちゃコロッケ ○こめあぶら) げんえんちゅうのうソース げんえんやさいパイオン ○さとう しお こしょう) チリコンカン (○ミックスピース ●だいず ○ぶたひきにく ●マッシュルーム ●にんじん ●たまねぎ ●にんにく ○こめあぶら ●ダイストマト ケチャップ ウインナースープ (○ウインナー ●キャベツ ●たまねぎ ●にんじん げんえんやさいパイオン しょうゆ しお こしょう)		681 848
23 (火)	ごはん	納豆 (○けんさんだいずなっとう) ……小袋減塩しょうゆ ツナサラダ (○ツナ ●キャベツ ●もやし ●きゅうり ●あかピーマン ○ノンエッグマヨネーズ ○こめあぶら す ○さとう しょうゆ こしょう) 豚汁 (○ぶたにく ○じゃがいも ●だいこん ●にんじん ●こんにやく ●ごぼう ●ねぎ ○さば・イワシがし ○みそ)		634 746
24 (水)	ごはん	白身魚のレモンソースかけ (○しろみさかなフライ (ホキ) ○こめあぶら さけ みりん レモンかじゅう ○さとう うすくちしょうゆ) ごまあえ (●だいこん ○とりささみフレーク ●キャベツ ●きゅうり ●にんじん ●コーン しょうゆ す ○こめあぶら ○ごまあぶら ○さとう しお こしょう ○いりごま) 麩のみそ汁 (○やきふ ●たまねぎ ○とうふ ○わかめ ○さば・イワシがし ○みそ)		631 747
25 (木)	麦入りごはん (○むぎ ○ごはん)	豚丼の具 (○ぶたにく ●しょうが さけ しょうゆ ○こめあぶら ●たまねぎ ●にんじん ●つきこんやく ●グリーンピース しょうゆ ○さとう さけ ○かたくりこ) 寒天サラダ (○かんでん ●キャベツ ●もやし ●きゅうり ●にんじん ●コーン あおじそドレッシング) デザート (○グレープゼリー) ……業者が直接学校に配達します。		622 739
26 (金)	ごはん	豚肉シューマイ (○ぶたにくシューマイ) …1人2こ キムチあえ (●キャベツ ●もやし ●きゅうり ●にんじん しょうゆ ○ごまあぶら キムチのもと ○いりごま いも団子汁 (○いもだんご ○とりにく ○あぶらあげ ●にんじん ●ごぼう ●ほししいたけ ●ねぎ ○さば・イワシがし しょうゆ しお さけ)		604 755
29 (月)	ごはん	和風包み焼き (○和風きんぴら包み焼き) 大根のナムル (●だいこん ●キャベツ ●きゅうり ●にんじん ●コーン しょうゆ ○ごまあぶら ○さとう しお こしょう ○いりごま) 五目汁 (○ぶたにく ○あぶらあげ ●にんじん ●ごぼう ●ねぎ ○さば・イワシがし ○みそ) のりかつおふりかけ (○のりかつおふりかけ)		589 714
30 (火)	ごはん	野菜コロッケ (○やさいコロッケ ○こめあぶら) ケチャップ げんえんやさいパイオン ○さとう しお カレーこ) ドライカレー (○ぶたひきにく ●たまねぎ ●にんじん ●グリーンピース ●ほしぶどう ○こめあぶら ●しょうが ●にんにく デミグラスソース げんえんちゅうのうソース コンソメわかめスープ (●キャベツ ○わかめ ●にんじん ●コーン さけ げんえんやさいパイオン しょうゆ しお こしょう)		705 865

乳を使用している献立、卵を使用している献立、そば製造ラインでつくられた中華麺、落花生を使用している献立を記号で表示します。 ※海そうには小さい「エビ」や「カニ」、[貝]等が付いていることがあります。
※あさりには小さい「エビ」や「カニ」が付いていることがあります。

今日の献立から	今日の地産地消
<p>2日(火) 「かみかみ献立」 9日(火) 東根さくらんぼ給食 →東根生まれのおいしい「さくらんぼ」をよく味わって食べましょう。 10日(水) ワールドカップ献立 →ワールドカップ出場国の国旗が入ったコロッケを提供します。 11日(木) 入梅献立 →入梅とは、暦の上で梅雨入りのことです。この時期に氷揚げされた「いわし」は「入梅鱈」といわれ、脂がのっておいしいとされています。 15日(月) 東根中部小学校6年生バイキング給食 16日(火) 神町小学校6年生バイキング給食 22日(月)～26日(金) 地産地消ウィーク 25日(木) 高崎小学校6年生バイキング給食</p>	<p>東根市産 ……米 (はえぬぎ)、 さくらんぼ、 山形県産 ……牛乳、きゅうり、大豆、 県産大豆使用 (豆腐・ 生揚げ・油揚げ・納豆)、 マッシュルーム、 豚肉・鶏肉 (地産地消 ウィークのみ)</p>

献立表の調理法やご意見・ご質問は、TEL42-3015又はEメール kyushoku@higashine.net までどうぞ。