学校→保護者

令和7年6月分学校給食基準献立予定表（詳細版）　　Aコース

※ 分量（g）は1人分です。材料等の都合により、献立を変更する場合があります。
※ 給食実施日は学校ごとに異なります。学校からの配布物等で確認してください。

	2（月）		3（火）		4（水）		5（木）		6（金）		9（月）		10（火）		11（水）		12（木）		13（金）		16（月）		17（火）	
献立名	麦ごはん		ごはん		麦ごはん		みそそぼろごはん（麦ごはん）		麦ごはん		麦ごはん		麦ごはん		ごはん		ターメリックライス		麦ごはん		ベイスターズ青星寮カレー（麦ごはん）		マーボー豆腐丼（麦ごはん）	
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
	チキンソテー		揚げじゃがいものそぼろ煮		ホイコーロー		みそそぼろごはん（具）		豚肉のしょうが炒め		とり肉の甘酢だれ		とり肉のねぎ塩炒め		さわらのかば焼き		夏野菜たっぷりチキンのラタトゥユ		メンチカツ		ベイスターズ青星寮カレー（カレー）		マーボー豆腐丼（具）	
	ごまドレッシングサラダ		ゆずポン酢サラダ		いそナムル		豆腐と白菜のスープ		カレーマヨネーズサラダ		塩ナムル		ごまあえ		粉ふきいも		野菜スープ		塩だれキャベツ		コールスローサラダ		ワンタンスープ	
	ABCスープ		みそ汁		大豆のふわふわスープ				みそけんちん汁		ビーフンスープ		だんご汁		吉野汁		シークヮーサータルト		みそ汁		ぶどうゼリー			
																			味付けおかか					
材料名	米	90	米	99	米	90	米	95	米	90	米	90	米	90	米	99	米	95	米	90	米	95	米	95
	麦	9	強化米（Ca）	0.65	麦	9	麦	9	麦	9	麦	9	麦	9	強化米（Ca）	0.65	麦	9	麦	9	麦	9	麦	9
	強化米（Ca）	0.65	強化米（鉄）	0.25	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65	強化米（鉄）	0.25	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65
	強化米（鉄）	0.25	水a		強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25	水a		強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25
	水a				水a		水a		水a		水a		水a				ターメリック	0.1	水a		水a		水a	
			牛乳	206											牛乳	206	水a							
	牛乳	206			牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206					牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
			じゃがいも	130											さわら	80	牛乳	206						
	鶏肉	90	米油	4.3	豚肉	80	豚ひき肉	78	豚肉	90	鶏肉	85	鶏肉	90	片栗粉	4			メンチカツ	60	豚肉	70	豆腐	95
	にんにく	0.1	豚ひき肉	45	キャベツ	60	大豆ミート	8	玉ねぎ	38	酒	2	玉ねぎ	23	米油	5	鶏肉	90	米油	8.4	ワイン	4	豚ひき肉	50
	塩	0.65	しょうゆ	5.7	長ねぎ	10	とりレバー	3	米油	0.8	片栗粉	13	長ねぎ	7	しょうゆ	5	トマト	15	中濃ソース	5	人参	30	とりレバー	1.5
	こしょう	0.05	砂糖	6.2	にんにく	0.7	人参	20	しょうが	2.5	米油	3.4	にんにく	0.5	砂糖	6.5	なす	15			玉ねぎ	55	しょうが	1.5
	ナツメグ	0.05	酒	2	しょうが	0.7	干ししいたけ	0.7	しょうゆ	6.6	しょうゆ	5.2	ごま油	1	水a	5	黄パプリカ	5	キャベツ	40	にんにく	0.13	長ねぎ	5
	ワイン	1.3	片栗粉	1.7	ごま油	1.6	しょうが	1.3	みりん	1.7	砂糖	2.6	塩	0.85			ズッキーニ	10	小松菜	20	しょうが	0.3	もやし	50
	サラダ油	0.5	水a		豆板醤	0.4	米油	1	砂糖	3.3	酢	2.6	こしょう	0.05	じゃがいも	75	玉ねぎ	25	にんにく	0.6	米油	1	米油	1
					酒	2	みそ	9.5	片栗粉	2.5	水a	10	酒	1.5	塩	0.3	オリーブ油	1	ごま油	1.2	小麦粉	7.8	砂糖	3
	もやし	35	キャベツ	40	ポークスープ	4	砂糖	2	水a				片栗粉	2.7	こしょう	0.01	にんにく	0.2	塩	0.38	米油	6.5	しょうゆ	7.2
	キャベツ	20	小松菜	20	砂糖	0.7	酒	1.3			もやし	45	水a				チキンスープ	3	こしょう	0.01	バター	1.3	みそ	3
	人参	5	しょうゆ	2.5	しょうゆ	3.9	みりん	1	キャベツ	50	ほうれん草	15			鶏肉	25	トマト缶	15	ごま	0.8	カレー粉	1.3	豆板醤	0.35
	しょうゆ	2.7	酢	1.5	こしょう	0.01	しょうゆ	0.5	人参	8	ごま油	0.5	キャベツ	25	大根	30	塩	1	ごま	0.8	クミン	0.4	水a	15
	酢	1.3	砂糖	0.7	甜面醤	7.8	グリンピース	2	卵ぬきマヨネーズ	4.5	酢	1	もやし	30	人参	25	こしょう	0.02			炒め玉ねぎ	20	片栗粉	1.8
	砂糖	1.3	ゆず果汁	0.4	片栗粉	3			塩	0.3	塩	0.4	ほうれん草	15	長ねぎ	6			玉ねぎ	20	ポークスープ	6	水a	
	サラダ油	1.3	サラダ油	2	水a		鶏肉	20	こしょう	0.02			ごま	1.8	小松菜	20	豚肉	18	人参	15	塩	1	ごま油	0.8
	ごま	1.6					玉ねぎ	20	カレー粉	0.3	ビーフン	6	ごま	1.8	えのきたけ	10	人参	18	えのきたけ	6	ウスターソース	3.9		
	ごま	1.6	人参	12	もやし	45	白菜	35	砂糖	0.2	豚肉	20	砂糖	2.3	豆腐	22	小松菜	15	豆腐	20	トマトケチャップ	2.6	ウェーブワンタン	7
	ごま油	0.4	大根	30	ほうれん草	20	小松菜	20	酢	1	人参	18	しょうゆ	2.9	かつお節	5	じゃがいも	35	油揚げ	8	しょうゆ	1.3	鶏肉	20
			玉ねぎ	25	のり	0.5	豆腐	25	サラダ油	0.8	玉ねぎ	18			しょうゆ	3.5	ポークスープ	9	かつお節	5	砂糖	0.3	キャベツ	20
	マカロニ	6.5	わかめ	0.8	しょうゆ	2.8	チキンスープ	9	ごま	1.6	キャベツ	25	白玉もち	25	酒	1	塩	0.75	みそ	9	ローリエ	0.01	玉ねぎ	20
	豚肉	12	かつお節	5	ごま油	0.7	塩	0.85			ポークスープ	9	豚肉	15	塩	0.5	こしょう	0.03	水a	140	水a	90	小松菜	20
	人参	15	みそ	9			こしょう	0.03	ごぼう	8	塩	0.9	人参	20	水a	140	しょうゆ	1.6					チキンスープ	9
	じゃがいも	35	水a	140	鶏肉	23	しょうゆ	1.5	人参	20	こしょう	0.03	大根	20	片栗粉	2.3	水a	140	味付けおかか	5	キャベツ	50	塩	1
	玉ねぎ	20			人参	15	水a	140	大根	20	しょうゆ	1.2	油揚げ	8	水a						人参	5	こしょう	0.03
	コーン	3			豆腐	20			つきこんにゃく	8	水a	140	かつお節	5			シークヮーサータルト	30			塩	0.38	しょうゆ	1.8
	ポークスープ	9			えのきたけ	13			ごま油	1			しょうゆ	2.7							酢	1.7	水a	160
	塩	1			チキンスープ	9			さといも	10			塩	0.6							こしょう	0.03		
	こしょう	0.03			塩	0.65			長ねぎ	5			みりん	1							サラダ油	2		
	乾燥パセリ	0.03			しょうゆ	1.7			小松菜	15			水a	140										
	水a	160			大豆フレーク	6.5			油揚げ	5											ぶどうゼリー	40		
					水a	140			豆腐	20														
					片栗粉	1.5			昆布	0.6														
					水a				みそ	10														
									水a	140														

学校→保護者

令和7年6月分学校給食基準献立予定表（詳細版）　　Aコース

※ 分量（g）は1人分です。材料等の都合により、献立を変更する場合があります。
※ 給食実施日は学校ごとに異なります。学校からの配布物等で確認してください。

	18（水）		19（木）		20（金）		23（月）		24（火）		25（水）		26（木）		27（金）		30（月）	
献立名	黒パン		シナガック		ごはん		麦ごはん		ごはん		麦ごはん		かた焼きそば(めん)		麦ごはん		ギニリンライス（麦ごはん）	
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		プルーン発酵乳		牛乳		牛乳	
	ミートボール		チキン・アドボ		ほっけフライ		生揚げのそぼろ煮		あじのたつた揚げ		ハンバーグ オニオンソース		かた焼きそば（具）		とり肉の塩にんにくから揚げ		ギニリンライス（具）	
	もやしのサラダ		わかめサラダ		ポテトサラダ		ごま入りおひたし		切り干し大根のサラダ		野菜炒め		わかめスープ		切り干しナポリタン		フォースープ	
	いろどりスープ		ヨーグルト		沢煮わん		のっぺい汁		豚汁		春雨スープ				ジュリエンヌスープ			
											日向夏ゼリー							
材料名	黒パン	70	米	95	米	99	米	90	米	99	米	90	揚げめん	60	米	90	米	95
			麦	9	強化米（Ca）	0.65	麦	9	強化米（Ca）	0.65	麦	9			麦	9	麦	9
	牛乳	206	強化米（Ca）	0.65	強化米（鉄）	0.25	強化米（Ca）	0.65	強化米（鉄）	0.25	強化米（Ca）	0.65	プルーン発酵乳	213	強化米（Ca）	0.65	強化米（Ca）	0.65
			強化米（鉄）	0.25	水a		強化米（鉄）	0.25	水a		強化米（鉄）	0.25			強化米（鉄）	0.25	強化米（鉄）	0.25
	肉団子	75	水a				水a				水a		豚肉	70	水a		水a	
	米油	1.4	にんにく	0.35	牛乳	206			牛乳	206			人参	15				
	トマトケチャップ	8	長ねぎ	10			牛乳	206			牛乳	206	玉ねぎ	30	牛乳	206	牛乳	206
	中濃ソース	4	米油	1	ほっけフライ	50			あじ	70			キャベツ	48				
	水a	5.8	塩	0.28	米油	7	生揚げ	95	しょうゆ	3.4	ハンバーグ	80	もやし	30	鶏肉	85	豚ひき肉	78
	米粉	0.23			中濃ソース	5	豚ひき肉	40	しょうが	1	炒め玉ねぎ	12	しょうが	0.7	塩	0.6	大豆ミート	7.5
	水a		牛乳	206			米油	0.9	酒	1.6	しょうゆ	4.8	にんにく	0.3	こしょう	0.06	人参	15
					じゃがいも	65	みりん	0.8	片栗粉	18	砂糖	1.6	米油	0.8	にんにく	0.6	玉ねぎ	30
	もやし	50	鶏肉	100	人参	6	砂糖	5.2	米油	4.8	みりん	1.6	塩	0.8	酒	1.5	じゃがいも	35
	きゅうり	5	玉ねぎ	40	コーン	3	しょうゆ	7.8			酒	1.6	しょうゆ	2.5	片栗粉	12	赤パプリカ	4
	コーン	5	にんにく	0.15	卵ぬきマヨネーズ	5	酒	2.5	切り干し大根	2.5	水a	3	砂糖	0.3	米油	3.6	にんにく	0.6
	しょうゆ	2.7	ローリエ	0.01	酢	1.2	水a	8	もやし	30	片栗粉	0.5	オイスターソース	3			米油	0.8
	酢	1.8	しょうゆ	6.8	塩	0.3	片栗粉	1.2	小松菜	15	水a		ポークスープ	9	切り干し大根	4	トマト缶	25
	砂糖	0.25	酢	5.5	こしょう	0.03	水a		しょうゆ	2.5			水a	35	豚肉	18	しょうゆ	5.5
	サラダ油	1.5	砂糖	2.7					酢	1.7	豚肉	15	片栗粉	6.5	玉ねぎ	20	砂糖	2
	ごま	1.8	塩	0.18	豚肉	25	もやし	40	砂糖	0.8	もやし	40	水a		ピーマン	5	オイスターソース	0.8
			こしょう	0.03	人参	20	キャベツ	20	サラダ油	0.8	人参	20	酢	2	にんにく	0.03	塩	0.6
	鶏肉	25	水a	20	大根	20	ごま	1.8	ごま油	0.8	キャベツ	14			米油	1	こしょう	0.04
	人参	10			長ねぎ	7	しょうゆ	2.8			米油	1	鶏肉	30	トマトケチャップ	9	ローリエ	0.01
	じゃがいも	25	わかめ	1	白菜	20			豚肉	18	ポークスープ	3	人参	15	中濃ソース	2.8		
	キャベツ	30	キャベツ	30	干ししいたけ	0.4	鶏肉	23	人参	20	しょうゆ	0.5	長ねぎ	7	塩	0.15	クイッティオ	6
	ほうれん草	15	人参	12	小松菜	15	ちくわ	10	大根	20	塩	0.4	わかめ	1.8	砂糖	1.5	鶏肉	23
	わかめ	0.5	しょうゆ	2.8	かつお節	5	人参	15	じゃがいも	38	こしょう	0.03	トック	22	こしょう	0.03	人参	15
	チキンスープ	9	サラダ油	1.9	塩	0.65	大根	23	ごぼう	3	片栗粉	0.4	チキンスープ	9			キャベツ	20
	しょうゆ	1			しょうゆ	3.3	つきこんにゃく	13	米油	0.5	水a		塩	0.7	ベーコン	5	もやし	20
	塩	0.8	ヨーグルト	70	みりん	1.1	ほうれん草	20	長ねぎ	6			しょうゆ	1.6	人参	15	ほうれん草	13
	片栗粉	1.5			水a	140	さといも	13	豆腐	20	緑豆春雨	6	水a	140	玉ねぎ	25	チキンスープ	10
	水a	140					かつお節	5	油揚げ	8	鶏肉	18	ごま油	0.5	キャベツ	30	塩	0.95
							しょうゆ	2	かつお節	5	玉ねぎ	20	ごま	1.8	米油	0.8	こしょう	0.04
							塩	0.55	みそ	9.3	人参	15			小松菜	20	しょうゆ	1
							水a	140	水a	140	えのきたけ	8			ポークスープ	9	酢	0.25
							片栗粉	2.2			ほうれん草	15			塩	0.8	砂糖	0.25
							水a				チキンスープ	9			こしょう	0.03	水a	140
											塩	0.8			しょうゆ	1.3		
											こしょう	0.03			水a	140		
											しょうゆ	1.7						
											水a	140						
											日向夏ゼリー	40						