６月はジメジメと雨の多くなる季節です。食事前の手洗いやうがい、清潔なハンカチを身に付けるなど、衛生管理に気を付けて過ごしましょう。

2025

６月の学校給食献立予定表

大洲市学校給食センター

日曜	配膳図	献立名	材料の種類と体内でのはたらき あかの食品 血や肉や骨になる	みどりの食品 体の調子を整え病気を防ぐ	きの食品 はたらく力や体温となる	エネルギー 小学校(3・4年) 中学校	カルシウム 小学校(3・4年) 中学校
2 月	こまつなのおひたし やさいコロッケ いりどうふ しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	670	361
		野菜コロッケ	大豆粉	かぼちゃ　たまねぎ　えだまめ にんじん	油　じゃがいも　小麦粉 パン粉　砂糖		
		小松菜のおひたし		キャベツ　もやし　こまつな	砂糖	833	400
		炒り豆腐	豆腐　豚肉　鶏肉	にんじん　たまねぎ　しいたけ えだまめ	こんにゃく　砂糖　油		
3 火	ひじきサラダ キーマカレー コンソメスープ しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	640	289
		キーマカレー	豚肉　ひよこ豆　大豆	にんにく　トマト　にんじん　たまねぎ	油　小麦粉　砂糖		
		ひじきサラダ	ひじき　寒天	キャベツ　きゅうり　いよかん果汁	油　砂糖　はちみつ		
		コンソメスープ	ウインナー　乳	たまねぎ　にんじん	じゃがいも	789	306
	カレーをご飯にかけて食べましょう。						
4 水	しそあえ ししゃも あおのりフライ (幼小2・中3) おやこじる しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	651	384
		ししゃも青のりフライ	ししゃも　あおさ		パン粉　でん粉　油 小麦粉		
		しそあえ		キャベツ　きゅうり　しそ	砂糖		
		親子汁	鶏肉　卵　乳　大豆	たまねぎ　えのきたけ　にんじん ねぎ	でん粉　砂糖 油　小麦粉　ごま	779	424
	親子汁をご飯にかけて親子丼にして食べましょう。						
5 木	ヨーグルト げんきサラダ ポークビーンズ コッペパン 牛乳	コッペパン　牛乳	牛乳　脱脂粉乳		パン　砂糖　油	635	461
		ポークビーンズ	大豆　豚肉　青えんどう豆 ひよこ豆　赤インゲン豆	にんにく　たまねぎ トマト　にんじん	じゃがいも　油 砂糖		
		元気サラダ	ハム　卵　乳　ひじき	れんこん　キャベツ きゅうり　えだまめ	砂糖　油	799	530
		ヨーグルト	ヨーグルト				
6 金	きりぼしだいこんサラダ ごもくあつやきたまご あっあげのみそいため しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	630	420
		五目厚焼き玉子	卵　ひじき	にんじん　長ねぎ　たけのこ しいたけ	砂糖　でん粉		
		切り干し大根サラダ		にんじん　切り干し大根　きゅうり	砂糖　ごま　ごま油		
		厚揚げのみそ炒め	厚揚げ　鶏肉　赤みそ 麦みそ	さやいんげん　にんじん しいたけ　たまねぎ	こんにゃく　油 砂糖	767	482
9 月	ナムル はるまき とうにゅうスープ しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	626	347
		春巻き	豚肉　かきエキス	キャベツ　たけのこ　たまねぎ にんじん　しいたけ	小麦粉　油　でん粉 水あめ　春雨　砂糖　ココア		
		ナムル		こまつな　もやし　にんじん	砂糖　ごま油		
		豆乳スープ	豆腐　豆乳　麦みそ	大根　にんじん キャベツ　にら	ごま油　ごま	789	381
	大洲東中　米飯リクエスト献立						
10 火	レモンあえ とりにくのからあげ ぶたじる しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	661	406
		鶏肉のから揚げ	鶏肉	しょうが　にんにく	でん粉　油		
		レモンあえ		キャベツ　きゅうり　レモン果汁	砂糖		
		豚汁	豚肉　油揚げ　麦みそ	ねぎ　大根	こんにゃく　じゃがいも	818	458
11 水	こんぶあえ いわしのしょうがに きんぴらごぼう しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	632	467
		いわしのしょうが煮	いわし	しょうが	でん粉　砂糖		
		昆布あえ	こんぶ	キャベツ　にんじん	砂糖		
		きんぴらごぼう	豚肉	ごぼう　れんこん　さやいんげん にんじん	こんにゃく　油 砂糖	784	526
12 木	うどんつゆ うどんのぐ とりにくのあまずだれかけ ひやしうどん こがたパン 牛乳	小型パン　牛乳	牛乳　脱脂粉乳		パン　砂糖　油	602	299
		鶏肉の甘酢だれかけ	鶏肉	たまねぎ　にんじん　ピーマン	でん粉　油　砂糖		
		冷やしうどん			小麦粉　でん粉		
		うどんの具	わかめ　かまぼこ　卵	きゅうり　もやし			
		うどんつゆ			砂糖	755	324
13 金	おかかあえ さかなのなんばんづけ さわにわん しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	614	329
		魚の南蛮漬け	ホキ	たまねぎ　にんじん	油　砂糖　でん粉		
		おかかあえ	かつお節	キャベツ　こまつな			
		沢煮椀	豚肉　油揚げ	もやし　ごぼう　にんじん ねぎ		747	358
16 月	あまずあえ とりにくのみそづけやき じゃがいものそぼろに しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	640	281
		鶏肉のみそ漬け焼き	鶏肉　赤みそ		砂糖		
		あまずあえ		きゅうり　キャベツ	砂糖		
		じゃがいものそぼろ煮	鶏肉	たまねぎ　にんじん　えだまめ しょうが	じゃがいも　砂糖　油	793	294
17 火	ごまずあえ はまちのてりやき こうやどうふのたまごとじ しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	691	371
		はまちの照り焼き	はまち		砂糖　でん粉		
		ごまずあえ	わかめ	きゅうり　キャベツ	砂糖　ごま		
		高野豆腐の卵とじ	高野豆腐　卵	にんじん　たまねぎ グリンピース　しいたけ	砂糖	848	409
	平野小　米飯リクエスト献立						
18 水	バンバンジーサラダ ひじきのかきあげ ピリからみそしる しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	670	416
		ひじきのかき揚げ	ひじき	たまねぎ　にんじん　とうもろこし	さつまいも　小麦粉　油　でん粉		
		バンバンジーサラダ	鶏肉　みそ ほたてエキス	キャベツ　きゅうり　もやし　レモン果汁 たまねぎ　しょうが　にんにく	砂糖　油　ごま でん粉		
		ピリ辛みそ汁	豆腐　油揚げ　麦みそ　かつお節	たまねぎ　しめじ　にんじん　しょうが 白菜　りんご　大根　にんにく	砂糖	826	468
19 木	スイカ(幼・小のみ) ブロッコリーサラダ わふうフライドチキン ミネストローネ コッペパン 牛乳	コッペパン　牛乳	牛乳　脱脂粉乳		パン　砂糖　油	624	330
		和風フライドチキン	鶏肉　大豆	にんにく　とうもろこし	油　でん粉　砂糖		
		ブロッコリーサラダ	とうもろこし　大根　ブロッコリー　ピーマン　たまねぎ　にんにく		油　砂糖		
		ミネストローネ	鶏肉　大豆	たまねぎ　にんにく　にんじん　トマト	じゃがいも	802	363
		スイカ(幼・小のみ)		スイカ			
20 金	ごしきあえ ハンバーグおろしソース あかだし しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	606	317
		ハンバーグおろしソース	鶏肉　豚肉	大根　ねぎ　たまねぎ	じゃがいも　でん粉　砂糖　油		
		五色あえ	油揚げ　かまぼこ　卵	キャベツ　にんじん　きゅうり しいたけ	砂糖		
		赤だし	豆腐　わかめ 赤みそ　麦みそ	なめこ　しめじ　こまつな		747	342
23 月	ちゅうかサラダ ぶたにくのごまだれかけ わかめスープ しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	635	324
		豚肉のごまだれかけ	豚肉	しょうが	油　でん粉　砂糖　ごま		
		中華サラダ		きゅうり　もやし　にんじん	ごま油		
		わかめスープ	豆腐　わかめ	たまねぎ　にんじん　えのきたけ	ごま油	769	348
24 火	ビーンズサラダ ツナオムレツ ハヤシシチュー しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	660	288
		ツナオムレツ	卵　マグロ		砂糖　でん粉　油		
		ビーンズサラダ	大豆	きゅうり　キャベツ	油　砂糖		
		ハヤシシチュー	豚肉　ゼラチン	しょうが　たまねぎ　にんじん　にんにく マッシュルーム　トマト　グリンピース	でん粉　砂糖 小麦粉　油	812	304
	ハヤシシチューをご飯にかけて食べましょう。						
25 水	ボイルやさい エビとイカのチリソース はるさめスープ しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	638	284
		エビとイカのチリソース	エビ　イカ　チキンエキス かきエキス　大豆粉	しょうが　にんにく　たまねぎ トマト	でん粉　油　砂糖 水あめ　パン粉　小麦粉		
		ボイル野菜		キャベツ　きゅうり			
		春雨スープ	豚肉	もやし　にんじん　ねぎ たまねぎ	春雨　ごま油　油	773	294
	新谷中　パンリクエスト献立						
26 木	スイカ(中のみ) かみかみサラダ かぼちゃひきにくフライ カレービーンズ コッペパン 牛乳	コッペパン　牛乳	牛乳　脱脂粉乳		パン　砂糖　油	683	428
		かぼちゃひき肉フライ	豚肉	かぼちゃ　たまねぎ	でん粉　水あめ 小麦粉　油　パン粉		
		かみかみサラダ	鶏肉	キャベツ　きゅうり　にんじん	砂糖		
		カレービーンズ	豚肉　大豆	トマト　にんにく　たまねぎ　にんじん	じゃがいも　油　砂糖　小麦粉	860	489
		スイカ(中のみ)		スイカ			
27 金	たくあんあえ さばのしおこうじやき おかかに しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	682	373
		さばの塩こうじ焼き	さば				
		たくあんあえ		キャベツ　きゅうり　大根 梅	砂糖		
		おかか煮	鶏肉　天ぷら　卵 かつお節　厚揚げ	にんじん　ごぼう　えだまめ	こんにゃく　砂糖	838	415
30 月	ノンエッグマヨネーズ ポテトサラダ スコッチエッグ ワンタンスープ しろごはん 牛乳	白ご飯　牛乳	牛乳		米	651	283
		スコッチエッグ	卵　豚肉　鶏肉　ゼラチン	たまねぎ　トマト　しょうが　にんにく	油　砂糖　パン粉　小麦粉		
		ポテトサラダ		キャベツ　きゅうり　にんじん	じゃがいも		
		ノンエッグマヨネーズ	大豆粉	レモン果汁	油　こんにゃく粉　水あめ		
		ワンタンスープ	豚肉　大豆粉 オイスターエキス	もやし　にんじん　ねぎ たまねぎ　キャベツ　しょうが	小麦粉　でん粉 砂糖　油	799	294

＊材料の都合により、献立、材料を変更する場合がありますが、ご了承ください。