

6月 こんだてひょう

木曾岬町給食センター

日	曜	こんだて	あか 体の血や肉になるもの	きいろ 体の力になるもの	みどり 体の調子をととのえるもの	備考
1	月	ハンバーガー (パン ハンバーグ ゆでキャベツ ケチャップ) ぎゅうにゅう やさいスープ	ぎゅうにゅう ウインナー (ぶたにく とりにく)	パン	キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン (たまねぎ)	(ハンバーグ材料)
2	火	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 ブロッコリーコーン こざかな	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ (かたくちいわし)	ごはん あぶら さとう でんぷん ドレッシング (ごま)	にんにく しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ ブロッコリー コーン	(小魚材料)
3	水	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが あじフライ ふりかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく ① (あじ) ② (のり・かつおぶし)	ごはん じゃがいも さとう あぶら ① (パンこ)	たまねぎ にんじん いとこんにやく いんげん	① (あじフライ材料) ② (ふりかけ材料)
4	木	こがたこくとうパン ぎゅうにゅう スパゲッティイタリアン チーズオムレツ オレンジ	ぎゅうにゅう ウインナー チーズオムレツ	パン あぶら スパゲッティ オリーブオイル	たまねぎ にんじん しめじ ピーマン オレンジ	
5	金	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやどうふ たまごとし あげ ぎょうざ みかんゼリー	ぎゅうにゅう とりにく こうやどうふ たまご (ぶたにく)	ごはん むぎ さとう あぶら ゼリー (ぎょうざかわ)	にんじん たまねぎ ほししいたけ グリンピース (キャベツ)	(ぎょうざ材料)
8	月	ホットドッグ (パン ウインナー ゆでキャベツ ケチャップ) ぎゅうにゅう コーンチャウダー	ぎゅうにゅう ウインナー ベーコン	パン じゃがいも クリームルウ	キャベツ にんじん たまねぎ コーン クリームコーン	
9	火	ビビンバ (ごはん にくみそ やさい たまご) ぎゅうにゅう ワンタンスープ マスカットゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ きんしたまご やしきぶた	ごはん あぶら ごま さとう ごまあぶら ワンタン ゼリー	にんにく しょうが もやし こまつな にんじん ねぎ キャベツ ほししいたけ	
10	水	ごはん ぎゅうにゅう サケ なんばんづけ けんちんじる ふりかけ	ぎゅうにゅう サケ とうふ (かつおぶし・のり)	ごはん でんぷん あぶら さとう	たまねぎ だいこん ごぼう にんじん こんにやく ねぎ	(ふりかけ材料)
11	木	ツイストパン ぎゅうにゅう ごもくうどん ツナちゅうかあえ まるかじりトマト	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ ツナみずに	パン うどん ドレッシング	たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり キャベツ コーン トマト	地物一番給食 木: トマト・玉ねぎ 三: うどん
12	金	むぎごはん ぎゅうにゅう サケとやさいのコロッケ だいこんと あつあげの いために	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ (サケ)	ごはん むぎ あぶら さとう (パンこ)	だいこん にんじん こんにやく いんげん (キャベツ)	三: あつあげ こめあぶら (コロッケ材料)
15	月	こくとうパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ ミモザサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく みずにだいたい いらたまご	パン じゃがいも ドレッシング	にんじん たまねぎ トマトみずに カリフラワー こまつな	三: 大豆・トマト
16	火	ごはん ぎゅうにゅう さば しょうがに いんげん ごまあえ たまねぎ みそしる	ぎゅうにゅう さば とうふ あぶらあげ みそ	ごはん さとう ごま	しょうが いんげん なす たまねぎ にんじん ねぎ	木: なす 三: とうふ あげ
17	水	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー ハムサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ロースハム	ごはん あぶら じゃがいも カレールウ ドレッシング	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ パプリカ	三: ごはん ぎゅうにゅう
18	木	こがたミルクパン ぎゅうにゅう ごもくやきそば チキンナゲット トマト	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし (とりにく)	パン やきそばめん あぶら (こむぎこ)	にんじん たまねぎ キャベツ ミニトマト	木: ミニトマト チキンナゲット材料
19	金	むぎごはん ぎゅうにゅう にくだんご すぶた わかめスープ カリカリくろまめ	ぎゅうにゅう やきぶた わかめ とうふ くるまめ (とりにく)	ごはん むぎ あぶら さとう でんぷん	にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン ほししいたけ コーン ねぎ	(肉団子材料)
22	月	さかなフライサンド (パン さかなフライ ゆでキャベツ タルタルソース) ぎゅうにゅう ミネストローネ	ぎゅうにゅう ベーコン (ほき)	パン あぶら タルタルソース マカロニ (パンこ)	キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー	(魚フライ材料)
23	火	わかめ ごはん ぎゅうにゅう いか てんぷらレモンソース ブロッコリーサラダ チーズ	ぎゅうにゅう わかめ ツナみずに チーズ (いか)	ごはん あぶら さとう ドレッシング (こむぎこ)	レモンじる きゅうり キャベツ ブロッコリー コーン	(いか天ぷら材料)
24	水	ごはん ぎゅうにゅう チンジャオロースー はるさめスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン ヨーグルト	ごはん あぶら でんぷん ごまあぶら はるさめ	にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン コーン キャベツ こまつな ねぎ	
25	木	ツイストパン ぎゅうにゅう ひやし ちゅうか (ちゅうかめん やさい タレ) しゅうまい フルーツポンチ	ぎゅうにゅう やきぶた きんしたまご (ぶたにく)	パン ちゅうかめん カットゼリー (しゅうまいかわ)	きゅうり キャベツ もやし みかん パイン もも (たまねぎ)	(しゅうまい材料)
26	金	むぎごはん ぎゅうにゅう とうふハンバーグ やさい あんかけ のっぺいじる ふりかけ	ぎゅうにゅう とりにく ① (とうふ・とりにく) ② (さけ・のり)	ごはん むぎ さとう でんぷん さといも	たまねぎ グリンピース だいこん にんじん ねぎ こんにやく ① (たまねぎ)	① (豆腐ハンバーグ) ② (ふりかけ材料)
29	月	たまごやきサンド (しよくパン たまごやき ツナキャベツ) ぎゅうにゅう にくだんごカレースープ	ぎゅうにゅう たまごやき ツナみずに (とりにく)	パン マヨネーズ じゃがいも カレールウ	キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー (たまねぎ)	(鶏肉団子材料)
30	火	さんしょくどん (ごはん とりそぼろ いんげん たまご) ぎゅうにゅう ぶたじる あおりんごゼリー	ぎゅうにゅう とりにく きんしたまご ぶたにく とうふ みそ	ごはん あぶら さとう さといも ゼリー	いんげん だいこん にんじん ねぎ	

※新型コロナウイルス対策として、給食の配膳時間が短縮できるよう献立を工夫しました。

特に、配膳に時間がかかるご飯の日は 添え野菜をなくし その分の野菜を汁や煮込み料理に入れ ポリュームを出しています。

※6月は、木曾岬町や三重県でつくられた食材を使った 地物一番給食です。

今年もさくら作業所さんが作られた 玉ねぎを、毎日給食に使います。また、木曾岬町産 なす・トマト も登場します。

この他にも三重県産の 牛乳・ごはん・うどん・大豆・トマト水煮・とうふ・あぶらあげ・あつあげ を毎回、使っています。

(献立表備考欄: 木→木曾岬町産 三→三重県産)