

令和7年度 6月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
2日 (月)	ごはん	米
	いわしの梅煮	いわし、砂糖、水あめ、しょうゆ、梅酢、発酵調味料、でん粉、梅肉ペースト、かつお削り節、こんぶだし、水、増粘剤(キサンタンガム)、着色料(紅麹、しそ色素)
	じゃがいもの塩麹炒め	鶏肉、しょうが、米油、酒、じゃがいも、にんじん、こんにゃく、枝豆、液体塩麹(米麹、食塩、酒精)、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	小松菜と豆腐のみそ汁	こまつな、キャベツ、にんじん、ぶなしめじ、豆腐、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
	牛乳	牛乳
3日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	油淋鶏	鶏肉、酒、食塩、こしょう、でん粉、揚げ油(米油)、【タレ】ねぎ、にんにく、しょうが、ごま油、濃口しょうゆ、酢、三温糖、酒、はちみつ、水
	茎わかめと野菜のサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、茎わかめ、白いりごま、濃口しょうゆ、砂糖、酢、ごま油
	春雨スープ	春雨、ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、チンゲンサイ、にんじん、もやし、しいたけ、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、こしょう、ごま油
	牛乳	牛乳
4日 (水)	ごはん	米
	さばの塩焼き	さば、食塩
	豚肉と野菜のみそ炒め	豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、アスパラガス、しょうが、にんにく、ごま油、みそ、酒、三温糖
	ひきな汁	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡材製剤)、みつば、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、濃口しょうゆ、食塩、酒
	牛乳	牛乳
5日 (木)	麦ごはん	米、大麦
	三陸茎わかめカツ	茎わかめカツ(茎わかめ、にんじん、たまねぎ、パン粉、でん粉、しょうゆ、こんぶだし、植物油、みりん、砂糖、こんにゃく粉、【衣】パン粉、小麦粉、植物油)、水、加工でん粉、ドロマイト、ピロリン酸鉄、酸味料、乳化剤、香料、揚げ油(米油)
	切り干し大根のかみかみサラダ	切り干し大根、にんじん、きゅうり、もやし、とうもろこし、さきいか(いか、砂糖、食塩、還元水あめ、調味酢(醸造酢、ぶどう糖、食塩)、発酵調味液、醸造酢、唐辛子、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、酸味料、酒精、リン酸塩ナトリウム、甘味料(ステビア、甘草)、香料)、酢、三温糖、白すりごま、薄口しょうゆ
	鶏ごぼうスープ	鶏肉、米油、ごぼう、にんじん、たまねぎ、えのきだけ、豆腐、チンゲンサイ、じゃがいも、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、こしょう、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	牛乳	牛乳
6日 (金)	わかめごはん	米、わかめごはんの素(わかめ、還元水あめ、食塩、昆布エキス、酵母エキスパウダー、ピロリン酸鉄)
	ますの南部焼き	ます、みそ、濃口しょうゆ、みりん、酒、白すりごま、白いりごま
	こんにゃく炒め	こんにゃく、にんじん、こまつな、しいたけ、豚肉、米油、しょうが、濃口しょうゆ、三温糖、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	じゃがいもと油揚げのみそ汁	油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡材製剤)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
9日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	あじフライ	あじフライ(あじ、【衣】パン粉、小麦粉、食塩、増粘剤製剤、水)、揚げ油(米油)
	山菜の炒め煮	にんじん、わらび、ふき、しらす、こんにゃく、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡材製剤)、たけのこ、米油、みりん、三温糖、濃口しょうゆ、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	あさり入りみそ汁	あさり、豆腐、だいこん、にんじん、こまつな、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
10日 (火)	ごはん	米
	和風きんぴら包み焼き	鶏肉、たまねぎ、ごぼう、豆腐、鶏皮、粒状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、にんじん、砂糖、みりん、植物油、ぶどう糖、しょうが、食塩、豚ゼラチン、酵母エキス、液状混合調味料、ごま、香辛料、水、加工でん粉、セルロース、凝固剤、安定剤(グァーガム)、ピロリン酸第二鉄
	ビーフン炒め	ビーフン、あさり、たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、ピーマン、しいたけ、米油、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、濃口しょうゆ、オイスターソース(かき、水あめ、しょうゆ、砂糖液糖、食塩、酒精、加工でん粉、水)、三温糖、食塩、こしょう
	かきたま汁	鶏卵、豆腐、たまねぎ、こまつな、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、酒、食塩、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	牛乳	牛乳

令和7年度 6月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
11日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	豚丼の具	豚肉、酒、たまねぎ、しょうが、しいたけ、こんにゃく、にら、米油、三温糖、濃口しょうゆ
	ご・ず・こんサラダ	キャベツ、とうもろこし、ひじき、大豆、アスパラガス、にんじん、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、酢、濃口しょうゆ、三温糖、白すりごま
	なすと小松菜のみそ汁	なす、にんじん、こまつな、生揚げ(豆乳、植物油(菜種油)、加工でん粉、凝固剤製剤、酵素製剤、水)、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	スクールヨーグルト	クリーム、加糖練乳、脱脂粉乳、トレハロース、果糖、イソマルトオリゴ糖シロップ、ミルクカルシウム、全粉乳、砂糖、異性化液糖、難消化性デキストリン、増粘多糖類、香料、乳たんぱく質濃縮物、コンニャクイモ抽出物、寒天、ピロリン酸鉄、水
	牛乳	牛乳
12日 (木)	ごはん	米
	さばみそ	さば、みそ、三温糖、酒、【タレ】みそ、三温糖、酒、みりん、濃口しょうゆ、水、でん粉
	のり酢和え	きゃべつ、こまつな、にんじん、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、のり、濃口しょうゆ、酢
	沢煮椀	豚肉、米油、だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、たけのこ、みつば、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、食塩
	牛乳	牛乳
13日 (金)	ごはん	米
	鶏肉と野菜のチーズ焼き	鶏肉、しょうが、濃口しょうゆ、ズッキーニ、黄ピーマン、赤ピーマン、なす、ミックスチーズ(ナチュラルチーズ、植物油脂、でん粉、ホエイパウダー、乳たん白質、デキストリン、食塩、水、増粘剤(加工でん粉)、セルロース、pH調整剤、カロテノイド色素)
	アスパラガス入りフレンチサラダ	アスパラガス、キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、食塩、酢、砂糖、オリーブオイル、ひまわり油
	ポトフ	無塩せきウインナー(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(こしょう、カルワイ、マスタード))、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、ブロッコリー、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、ワイン、こしょう
牛乳	牛乳	
16日 (月)	ごはん	米
	ひじき入り厚焼き玉子	鶏卵、ひじき煮(ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ、発酵調味料、かつおだし、食塩)、水、砂糖、食酢、しょうゆ、発酵調味料、食塩、かつおだし、こんぶだし、植物油脂、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)
	肉じゃが	豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、さやいんげん、酒、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	油麩入りみそ汁	油麩(小麦粉、グルテン、大豆油)、はくさい、にんじん、ぶなしめじ、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
17日 (火)	ごはん	米
	たらのパン粉焼き	たら、食塩、こしょう、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、パン粉、パセリ
	キャベツのカレーソテー	キャベツ、にんじん、ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、ピーマン、ブロッコリー、米油、カレー粉、食塩、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)
	ひよこ豆とあさりのスープ	ひよこ豆、あさり、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、セロリ、ワイン、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう
牛乳	牛乳	
18日 (水)	ごはん	米
	鶏肉の黒酢ソースかけ	鶏肉、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(米油)、【タレ】黒酢、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、水
	わかめのごま和え	わかめ、キャベツ、にんじん、さやいんげん、濃口しょうゆ、砂糖、白すりごま
	なすと油揚げのみそ汁	なす、にんじん、たまねぎ、こまつな、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡材製剤)、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
牛乳	牛乳	
19日 (木)	ごはん	米
	和風ハンバーグ	ハンバーグ(鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、でん粉、砂糖、トマトケチャップ、植物油脂、乾燥マッシュポテト、野菜ペースト、香辛料、オニオンエキスパウダー、食塩、酵母エキス、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、調味料(無機塩)、焼成カルシウム、ピロリン酸鉄、着色料、硫酸カルシウム)、たまねぎ、米油、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、一味唐辛子粉
	野菜のおかか和え	キャベツ、こまつな、もやし、にんじん、かつお節、薄口しょうゆ
	わかめと豆腐のみそ汁	わかめ、豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	あじさいゼリー	ぶどう果汁、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、砂糖、水あめ、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄ナトリウム、香料、クチナシ色素
牛乳	牛乳	

令和7年度 6月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
20日 (金)	ごはん	米
	ぶりの西京焼き	ぶり、白みそ、砂糖、発酵調味料、酒
	ひじきと大豆の炒り煮	ひじき、にんじん、こんにゃく、大豆、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡材製剤)、しらす、さやいんげん、米油、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	じゃがもち汁	豚肉、米油、おじゃがもちボール(じゃがいも、加工でん粉、でん粉(馬鈴薯)、マッシュポテト、食塩、グルコマンナン、水)、にんじん、しいたけ、だいこん、キャベツ、ねぎ、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、酒、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	牛乳	牛乳
23日 (月)	ごはん	米
	いわて純情メンチカツ	いわて純情メンチカツ(豚肉、豚脂肪、パン粉、たまねぎ、砂糖、ウスターソース、小麦粉加工品、食塩、酵母エキス、香辛料、加工でん粉、炭酸カルシウム、増粘多糖類、揚げ油(米油))
	わかめときゅうりの酢の物	わかめ、春雨、きゅうり、もやし、にんじん、酢、薄口しょうゆ、砂糖
	にらたま汁	鶏卵、豆腐、たまねぎ、にら、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、でん粉、酒、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	牛乳	牛乳
24日 (火)	ごはん	米
	あじの塩麴焼き	あじ、塩麴(米こうじ、食塩)、砂糖、発酵調味料
	豚肉と野菜の生姜炒め	豚肉、しょうが、酒、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、濃口しょうゆ、三温糖、米油
	じゃがいもと高野豆腐のみそ汁	高野豆腐(大豆、製造用剤、豆腐用凝固剤)、じゃがいも、ぶなしめじ、にんじん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
	チーズ(中学校のみ)	ナチュラルチーズ、ミルクカルシウム、乳タンパク質、乳化剤、水
25日 (水)	牛乳	牛乳
	コッペパン	小麦粉、上白糖、ショートニング、脱脂粉乳、パン酵母、食塩、イーストフード、ビタミンC
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉、マーマレードジャム(砂糖、水あめ、いよかん、なつみかん、還元水あめ、ゆず、水、ゲル化剤、酸味料)、濃口しょうゆ、酒
	カレーポテトサラダ	じゃがいも、キャベツ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、とうもろこし、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、カレー粉、濃口しょうゆ、砂糖、食塩、こしょう、酢
	チンゲンサイとベーコンのスープ	チンゲンサイ、にんじん、もやし、耐熱寒天(寒天、こんにゃく粉、増粘多糖類)、ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう
26日 (木)	冷凍みかん	みかん
	牛乳	牛乳
	ごはん	米
	高野豆腐の揚げ煮	高野豆腐(大豆、豆腐用凝固剤、重曹、消泡剤製剤)、でん粉、揚げ油(米油)、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、米油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、食塩、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	キャベツの塩昆布和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、塩昆布(しょうゆ、昆布、食塩、砂糖、甘味料(ソルビトール)、調味料(アミノ酸等)、糊料(プルラン)、薄口しょうゆ、白いりごま、ごま油
27日 (金)	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、もやし、しいたけ、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
	牛乳	牛乳
	ごはん	米
	彩り野菜の玉子焼き	液卵、植物油脂、砂糖、にんじん、豚肉、たまねぎ、米・でん粉発酵調味料、しょうゆ、ほうれんそう、食塩、かつお節だし、ゼラチン、昆布、魚介エキスパウダー、水
	なすと豚肉のピリ辛炒め	豚肉、なす、にんじん、ピーマン、ごま油、しょうが、甜麺醬(みそ、砂糖、植物油脂、発酵調味料、香辛料、酒精、カラメル色素)、豆板醬(唐辛子、みそ、食塩、酒精)、濃口しょうゆ、酒、みりん
30日 (月)	もやしと油揚げのみそ汁	もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡材製剤)、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
	牛乳	牛乳
	ごはん	米
	なすのポテトカップグラタン	ショートニング、なす、マッシュポテト、トマト、おから、米粉、たまねぎ、じゃがいも、りんご、にんじん、粉末水あめ、水溶性食物繊維、粒状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、砂糖、にんにく、食塩、酵母エキス、香辛料、水、加工でん粉、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、炭酸カルシウム、着色料(パプリカ粉末)、ピロリン酸第二鉄、カラメル色素
	野菜と豆のツナサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、大豆(黄大豆、青大豆)、いんげん豆(手亡豆、金時豆)、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、酢、ひまわり油、オリーブオイル、食塩、砂糖、こしょう
30日 (月)	チキンカレー	鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、米油、にんにく、しょうが、はちみつ、ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、にんじん、たまねぎ、プルーン、食塩、たん白加水分解物、酵母エキス、香辛料、水)、トマトケチャップ(トマト、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、①スペシャルカレーフレーク(小麦粉、加工油脂、砂糖、食塩、カレー粉、コーンスターチ、粉末水あめ、トマトペースト、オニオンパウダー、ポークエキス、チキンエキス、たん白加水分解物(大豆)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素)②カレールウKFe(小麦粉、パーム油、食塩、砂糖、カレー粉、チキンエキス、にんにく、香辛料、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、たん白加水分解物(小麦、大豆)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、ピロリン酸鉄、カラメル、Lグルタミン酸ナトリウム、クエン酸、ピロリン酸第二鉄、5'リボヌクレオチドカルシウム、5'リボヌクレオチドナトリウム)、③NSカレーフレーク(小麦粉、加工油脂、砂糖、カレー粉、ぶどう糖、コーンスターチ、オニオンパウダー、たん白加水分解物(大豆)、酵母エキス、カラメル色素)、カレー粉、濃口しょうゆ
	牛乳	牛乳