

6月予定献立表

令和4年6月

渋谷区立渋谷本町学園

日	行事など	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	I科+ たんぱく質
1水	牛乳の日 献立	ミルクパン	○	豚肉 大豆 白いんげん豆 カルピス 寒天	ミルクパン	セロリ 玉ねぎ 人参 トマト	600 738
		チロコカン			油 砂糖 バター 小麦粉	黄桃	23.0 27.9
		おかしな目玉焼き			砂糖		
2木		ご飯	○	豚肉 豆腐 かつお節	米	玉ねぎ 人参	620 764
		肉豆腐			油 こんにゃく 砂糖	キャベツ もやし 人参 きゅうり	26.4 32.3
		土佐和え			砂糖	えのき	
		手作りなめたけ			砂糖		
3金	鯨の日献立	ご飯	○	鯨 卵 油揚げ 豆腐 みそ	米		637 786
		あじフライ			小麦粉 パン粉 油		28.8 35.4
		チンゲン菜のゴマ酢あえ			ごま ごま油 砂糖	もやし チンゲン菜	
		みそ汁				大根 えのき ねぎ	
6月	4年生 校外学習	ご飯	○	鯖 みそ 豆腐	米		583 716
		さばのみそ煮			砂糖 でんぶん	しょうが ねぎ	25.6 31.3
		小松菜ともやしのお浸し				小松菜 もやし 人参	
		すまし汁				大根 人参 ねぎ	
7火		きな粉揚げパン	○	きな粉 豚肉 大豆 チーズ	コッパン 油 砂糖		602 741
		ポーピーズ			油 じゃがいも 砂糖 バター 小麦粉	にんにく 人参 玉ねぎ セロリ トマト	23.6 28.7
		ピクルスサラダ			オリーブ油 砂糖	大根 人参 セロリ きゅうり	
8水		マーボー丼	○	豚肉 みそ 豆腐 ハム	米 発芽玄米 油 砂糖 ごま油 でんぶん	しょうが にんにく 人参 干し椎茸 たけのこ ねぎ いら	619 763
		春雨サラダ			春雨 油 砂糖 ごま油	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ	24.3 29.6
9木	たまごの日 献立	中華おこわ	○	鶏肉 ベーコン 卵	米 もち米 油 ごま油 こんにゃく 砂糖	しょうが 干し椎茸 たけのこ 人参 グリンピース	608 748
		タンホワタン			油 じゃがいも でんぶん	人参 玉ねぎ コーン えのき 水菜	22.4 27.1
		ひじきナムル			砂糖 ごま ごま油	小松菜 もやし にんにく しょうが	
10金	入梅献立	枝豆ご飯	○	豚肉 みそ 生揚げ かつお節 寒天 カルピス	米		668 826
		五目たま煮			油 こんにゃく じゃがいも 砂糖	ごぼう 人参 玉ねぎ	25.3 30.9
		ゆず風味お浸し				もやし 人参 白菜 ゆず	
		あじさいゼリー			砂糖	ぶどうジュース りんごジュース	
13月		みそラーメン	○	豚肉 なたとみそ 白菜のピリ辛漬け さつまいもチップス	蒸し中華麺 油 ごま油	しょうが にんにく キャベツ もやし 人参 小松菜 ねぎ コーン たけのこ	603 742
		白菜のピリ辛漬け			ごま油 砂糖	白菜 にんにく しょうが ねぎ	24.0 29.2
		さつまいもチップス			さつまいも 油		
14火	1・2年生 遠足	ご飯	○	豚肉 牛乳 かつお節 油揚げ わかめ みそ	米		700 868
		コロケ			油 じゃがいも マッシュポテト バター 小麦粉 パン粉 油	人参 玉ねぎ	22.2 26.9
		梅ドレサラダ			油 砂糖	もやし きゅうり 人参 練り梅	
		みそ汁				大根 ねぎ	
15水		ビーンズドライカレー	○	豚肉 大豆 レンズ豆 ジョア	米 油 バター 小麦粉	にんにく しょうが セロリ 人参 玉ねぎ グリンピース	621 765
		ごぼうサラダ			砂糖 卵不使用マヨネーズ ごま	ごぼう 人参 きゅうり	22.7 27.5
		ジョア					
16木		チキンライス	○	鶏肉 鶏肉 まぐろツナ	米 油 バター	トマト 人参 玉ねぎ コーン マッシュルーム	582 715
		ミートボールスープ			でんぶん	人参 玉ねぎ しょうが 白菜 ほうれん草	24.0 29.2
		さっぱりポテトサラダ			じゃがいも 油 砂糖	人参 玉ねぎ きゅうり	
17金		ご飯	○	まぐろツナ 豚肉 豆腐 わかめ じゃこ	米		625 771
		ツナの油味噌			油 砂糖	にんにく しょうが	28.0 34.4
		豚肉のすき焼き煮			油 しらたき 車麩 砂糖	人参 白菜 えのき ねぎ	
		酢の物			砂糖	きゅうり しょうが	
20月		キムチチャーハン	○	焼豚 えび 卵 豚肉 ヨーグルト	米 油 ごま油 砂糖	にんにく 玉ねぎ 白菜キムチ ねぎ	642 793
		ワンタンスープ			ワンタンの皮 油 ごま油	人参 干し椎茸 しょうが ねぎ 小松菜	25.9 31.7
		フルーツヨーグルト			砂糖	みかん缶 バイン缶 もも缶	
21火		ご飯	○	豚肉 鶏肉 豆腐 卵	米		641 791
		揚げぎょうざ			ごま油 でんぶん ぎょうざの皮 小麦粉 油	にんにく しょうが キャベツ ねぎ いら	23.5 28.6
		中華風きゅうり			ごま ごま油	きゅうり	
		チンゲン菜スープ			油 でんぶん	しめじ チンゲン菜	
22水	E組 移動教室	五目ご飯	○	鶏肉 油揚げ 豚肉 豆腐 みそ	米 油 砂糖	人参 たけのこ 干し椎茸 さやいんげん	588 722
		ジャキジャキ和え			砂糖 油	切干大根 もやし 小松菜 人参 きゅうり	22.8 27.6
		豚汁			油 こんにゃく じゃがいも	人参 ごぼう 大根 ねぎ	
23木	E組 移動教室	ミートソースパググティ	○	豚肉 チーズ ベーコン	スパググティ 油 オリーブ油 砂糖	にんにく しょうが セロリ 玉ねぎ 人参 トマト マッシュルーム	639 789
		いもかぼサラダ			さつまいも 卵不使用マヨネーズ	かぼちゃ きゅうり 玉ねぎ	25.9 31.7
		さくらんぼ				さくらんぼ	
24金	3年生 校外学習 E組 移動教室	ご飯	○	鯨 豚肉 卵 みそ のり みそ	米		587 721
		むろあじのさんが焼き			小麦粉	ねぎ しょうが	28.6 35.2
		もやしのごま風味			ごま	もやし きゅうり 人参	
		みそ汁			じゃがいも	玉ねぎ ねぎ	
27月	ワンダフル給食	ミルクパン	○	真鱈 豚肉	ミルクパン		562 689
		タラのペニエ			小麦粉 でんぶん オリーブ油 油	玉ねぎ ピーマン 赤パプリカ にんにく トマト パセリ	26.8 32.8
		バス風ピザレード添え 豚肉と小松菜のスープ			じゃがいも	小松菜 人参 干し椎茸	
28火	8年生 職場体験	ご飯	○	鶏肉 みそ ベーコン	米		579 711
		チキンの洋風てり焼き			砂糖	ねぎ にんにく しょうが	21.0 25.3
		バターコーンポテト			じゃがいも バター	コーン	
29水	佃煮の日献立 7年生 校外学習 8年生 職場体験	ご飯	○	のり ひじき 鶏肉 さつま揚げ ひじき	米		583 716
		のりの佃煮			砂糖		22.6 27.4
		筑前煮			油 じゃがいも こんにゃく 砂糖	ごぼう たけのこ れんこん 人参 干し椎茸 さやいんげん	
		野菜とひじきの和え物			油	キャベツ きゅうり もやし	
30木	8年生 職場体験	鮭ご飯	○	豚肉 豆腐 みそ いか	米		584 717
		さつま汁			油 さつまいも こんにゃく	人参 ごぼう 大根 ねぎ	28.6 35.2
		いかと野菜のごま醤油			砂糖 ごま油 ごま	もやし きゅうり	

※都合により献立を変更することがありますので、ご承知おきください。