

令和7年度

# 6月の献立予定表



今月の目標



身のまわりを清潔にしよう

牛乳は毎日つきます。都合により献立がかわることがあります。

潟上市立大豊小学校

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
ごはん しゅうまい ナムル はっぼうさい	バーガーパン 白身魚タルタルソース ポテトとウィンナーのチーズ煮 ABCスープ	ごはん 肉団子 チキンサラダ トマトとたまごのスープ	麦ごはん 味噌そぼろ丼 野菜たっぷりスープ みかんゼリー	ごはん いわしのオレンジ煮 小松菜の煮びたし 豚肉とキャベツのみそ汁
エネルギー 605kcal たんぱく質 28.0g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 648kcal たんぱく質 25.7g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 661kcal たんぱく質 27.1g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 553kcal たんぱく質 21.0g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 562kcal たんぱく質 23.7g 食塩相当量 2.4g
<b>9日～13日 給食がんばり週間</b>				
9日	10日	11日	12日	13日
ごはん とり肉の照り焼き ほうれん草とベーコンの炒め物 じゃがいものみそ汁	コッペパン ブルーベリージャム 手作りハンバーグ キャベツと豆のサラダ 根菜入り野菜スープ	ごはん 赤魚の竜田揚げ いそ煮 なめこのみそ汁	ごはん ぶた肉のアップルソース ブロッコリーとツナのサラダ むらくも汁	ごはん さばの塩焼き 筑前煮 こまつなのみそ汁 ヨーグルト
エネルギー 618kcal たんぱく質 28.7g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 637kcal たんぱく質 33.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 635kcal たんぱく質 28.6g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 636kcal たんぱく質 33.5g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 655kcal たんぱく質 32.3g 食塩相当量 2.0g
16日※1年生なし	17日	18日※3年生なし	19日【1年生給食試食会】	20日【4年生給食試食会】
ごはん うの花コロッケ 野菜の肉みそ炒め とろとろわかめのみそ汁	バターロールパン ポテトカップグラタン 花野菜コンソメ風味 ミルクポタージュ	ごはん とり肉のみそ焼き ビーフソテー 油揚げと玉ねぎのみそ汁	ごはん たらみそマヨネーズ焼き かみかみサラダ モロヘイヤのみそ汁 マスカットゼリー	ごはん とり肉のレモンソース チョレギ風サラダ 中華風コーンスープ
エネルギー 620kcal たんぱく質 23.1g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 628kcal たんぱく質 22.4g 食塩相当量 3.8g	エネルギー 613kcal たんぱく質 26.1g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 636kcal たんぱく質 33.5g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 673kcal たんぱく質 28.2g 食塩相当量 1.4g
23日	24日	25日	26日	27日★佃煮の日献立★
ごはん にらまんじゅう バンバンジー マーボーなす	背割りコッペパン ウィンナー 焼きそば コンソメスープ	麦ごはん チキンカレー 豆腐と野菜のサラダ こくとうビーンズ	<b>開校記念日</b> 	わかめごはん わかさぎからあげ コーンとブロッコリーの バター醤油炒め 豚汁
エネルギー 631kcal たんぱく質 27.5g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 610kcal たんぱく質 26.2g 食塩相当量 3.5g	エネルギー 725kcal たんぱく質 26.5g 食塩相当量 2.8g		エネルギー 615kcal たんぱく質 25.8g 食塩相当量 2.7g
30日	<p>☆今月の地場産物☆</p> <p>米・パン・牛乳・豚肉・大豆・豆腐・油揚げ・厚揚げ・わかさぎ(からあげ)・しいたけ・しめじ・枝豆です。</p>  <p>※地場産物とは、秋田県産(潟上市産含む)の食材を指します。</p>		<p>6月29日は「佃(つくだ)煮の日」</p> <p>潟上市の特産品である「佃煮」は、今から350年以上前に、東京都の佃(つくだ)島という場所で生まれたとされています。佃煮の日である6月29日は、佃島に建てられた神社の創建日です。</p> <p>大豊小学校では、佃煮の日に合わせて、地元の佃煮屋さんで作られたわかさぎのからあげを提</p>  <p>←「秋田の佃煮」は文化庁事業の「100年フード」に認定されています。</p>	
ごはん ローストチキン ゆで野菜のごま酢あえ いんげんのみそ汁				
エネルギー 579kcal たんぱく質 27.9g 食塩相当量 2.0g				