

平成30年度6月分献立表（小学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
 <p>食について考えよう！ 毎月19日は食育の日</p> <p>野菜をもっと食べよう！</p> <p>Q 1日にどれくらいの野菜を食べたら良いか知っていますか？ A 大人も子どもも手のひらサイズのお皿5皿分の野菜を目標に食べましょう！</p>  <p>手を使って確認♪</p>				<p>1</p> <p>麦ご飯 高野豆腐の煮物 わかめとじゃこのさつと煮 アスパラガスのごま酢和え</p>
<p>4</p> <p>麦ご飯 じゃがもちのすまし汁 焼きししゃも 切干大根の煮付け こんぶ</p> <p>【行事食：虫歯予防デー】</p>	<p>5</p> <p>麦ご飯 魚そうめん汁 和風ハンバーグ 小松菜の和え物</p>	<p>6</p> <p>ビーンズドッグ (胚芽背割りコッペパン ビーンズドッグの具) 野菜スープ オレンジ</p>	<p>7</p> <p>麦ご飯 みそ汁 さんまのみぞれ煮 しそひじきのごまだれ和え</p>	<p>8</p> <p>中華丼(麦ご飯) 焼き春巻 野菜のアーモンド炒め</p>
<p>11</p> <p>麦ご飯 お吸い物 さばみそホイル 切干大根の即席漬け</p> <p>【和食の日】</p>	<p>12</p> <p>かしわご飯 (麦ご飯 かしわご飯の具) わかめうどん ゆかり和え 一食アーモンド (代)一食黒糖ビーンズ</p>	<p>13</p> <p>ワンローフパン オニオンスープ トマトオムレツ ポテトサラダ</p> <p>【地場産献立：玉ねぎ】</p>	<p>14</p> <p>麦ご飯 みそ汁 かつおフライ 茎わかめの炒め煮</p>	<p>15</p> <p>ビーンズカレー(麦ご飯) 福神漬 フルーツミックス</p>
<p>18</p> <p>麦ご飯 豆とじゃがいものスープ 肉団子のケチャップ煮 いかのカレー炒め</p>	<p>19</p> <p>麦ご飯 野菜たっぷりみそ汁 いわしの甘露煮 小松菜のアーモンド和え</p>	<p>20</p> <p>米粉パン あさり入り和風スパゲティ アスパラガスのソテー オレンジ</p>	<p>21</p> <p>麦ご飯 肉じゃが 儀助煮 わかめ酢の物</p>	<p>22</p> <p>麦ご飯 もずく汁 ラフテー ゴーヤチャンプル アセロラゼリー</p> <p>【郷土料理：沖縄県】</p>
<p>25</p> <p>麦ご飯 茎わかめのお吸い物 大豆とレバーの揚げ煮 もやしと人参のごまみそ和え</p>	<p>26</p> <p>麦ご飯 豆腐のカレー煮 焼き餃子 海藻サラダ 冷凍みかん</p>	<p>27</p> <p>ワンローフパン トマトクラムチャウダー メンチカツ レモンサラダ</p> <p>【鉄人献立】</p>	<p>28</p> <p>麦ご飯 みそ汁 さばの塩焼き こんにやくとごぼうの金平 八女茶ムース または みかんゼリー</p> <p>【選択献立】【ファイバー献立】</p>	<p>29</p> <p>麦ご飯 厚揚げの煮物 厚焼玉子 ブロッコリーのごま和え</p>

行事食・・・虫歯予防デーにちなんで、かみごたえのあるこんぶをとり
いれています。

和食の日・・・お吸い物は、昆布と鰹節をつかってだしをとっています。
2つのだしがあわさると、相乗効果でうま味が増します。

地場産献立・・・玉ねぎは、筑紫野市でとれたものを使う予定です。

郷土料理・・・23日の沖縄慰霊の日にちなんで沖縄県の郷土料理をとり
いれています。

鉄人献立・・・あさりには、鉄がたくさん含まれます。

選択献立・・・福岡県の特産品をつかったデザートを選択です。

ファイバー献立・・・こんにやくとごぼうには、食物繊維がたくさん含まれます。

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「平成
30年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記
載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせく
ださい。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の
食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む
加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがあり
ましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466