

令和5年度(6月1日~6月15日)

6月 学校給食献立表

(食材確認用献立表)

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)
献立名	牛乳 白飯 じゃがいものみそ汁 牛肉とにらの炒め煮 りんごかん	牛乳 白飯 はるさめスープ 酢豚	牛乳 白飯 かきたま汁 こんぶの炒め煮 はりはり大根	牛乳 ロールパン ひじきスバゲティ ツナサラダ	牛乳 白飯 八宝菜 じゃがいもの中華炒め	牛乳 白飯 たまねぎのみそ汁 大豆と小魚とごぼうの揚げ煮 きゅうりのあえもの	牛乳 白飯 わかめ汁 豚肉となすの煮物 き야べつのあえもの	牛乳 古代米ごはん 豚汁 切干大根の煮物	牛乳 白飯 すまし汁 あじのフライ グリーンサラダ	牛乳 白飯 そぼろ煮 ちんげん菜の煮びたし	牛乳 白飯 うずら卵とえびのスープ ホイコーロー
材料名および使用量 (g)	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本
	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101	精白米 70 水 112	精白米 75 水 101	精白米 75 水 101
	じゃがいも 20 豆腐(冷) 20 油あげ(冷) 5 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 葉ねぎ 5 みそ(赤) 9 けずりぶし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 120	はるさめ 7 鶏肉(若5) 20 きゅうり 15 にんじん 10 きくらげ(乾) 0.3 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02	*鶏卵 25 豆腐(冷) 25 にんじん 15 葉ねぎ 5 しょうゆ(淡) 5 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 3 でんぷん 1 水 130	スバゲティ 35 ひじき 1 鶏肉(若5) 20 油あげ(冷) 5 たまねぎ 40 にんじん 20 オリーブ油 1 しょうゆ(淡) 5 ぶどう酒(白) 1 さとう(三温) 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02	豚肉(スライス) 20 いか(かのこ・冷) 20 えび(80~120・冷) 10 清酒 1.5 たまねぎ 40 き야べつ 20 緑豆もやし 20 にんじん 15 たけのこ(水煮) 5 干し椎茸(スライス) 0.5 にんにく 0.3 ごま油 1 しょうゆ(淡) 3 清酒 1 塩 0.2 こしょう(黒) 0.03 鶏手羽先(だし用) 10 葉ねぎ(だし用) 1 にんじん(だし用) 0.5 しょうが(だし用) 0.3 にんにく(だし用) 0.2 でんぷん 2 水 40	たまねぎ 20 油あげ(冷) 5 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 葉ねぎ 5 麦みそ 10 けずりぶし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 130	わかめ(乾) 0.6 鶏肉(若5) 20 にんじん 15 緑豆もやし 15 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 2 水 130	豆腐(冷) 20 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 えのきだけ 10 みつば 3 にんじん 15 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 2 水 20	合挽肉(4.8) 30 じゃがいも 80 たまねぎ 60 にんじん 25 サラダ油 1 しょうゆ(濃) 6 さとう(三温) 3.5 みりん 1 水 20	*うずら卵(水煮) 25 えび(80~120・冷) 15 清酒 1 緑豆もやし 15 にんじん 15 にら 5 干し椎茸(スライス) 0.5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 煮干し(だし用) 1 こめ(だし用) 0.5 水 120	うずら卵(水煮) 25 えび(80~120・冷) 15 清酒 1 緑豆もやし 15 にんじん 15 にら 5 干し椎茸(スライス) 0.5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 煮干し(だし用) 1 こめ(だし用) 0.5 水 120
	牛肉(細切) 10 にら 20 たけのこ(水煮) 10 にんじん 10 にんにく 0.1 ごま油 0.5 しょうゆ(濃) 1.5 さとう(三温) 0.8 清酒 0.5 塩 0.1 こしょう(黒) 0.01 りんご果汁 25 寒天(フレーク) 0.6 さとう(上白) 5 水 25	煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 130	こんぶ(細切) 2 豚肉(細切) 10 にんじん 10 しょうが 0.2 ごま油 0.5 しょうゆ(濃) 1 みりん 0.5 さとう(三温) 0.3 切干大根 4 きゅうり 10 酢 1.2 しょうゆ(淡) 1 さとう(三温) 0.3	まぐろ油漬(フレーク) 10 き야べつ 20 たまねぎ 5 にんじん 5 酢 1 しょうゆ(淡) 1 さとう(三温) 0.2	かえりちりめん(乾) 5 てんぷら油 3 いりごま 1 さとう(三温) 2 しょうゆ(濃) 2 清酒 1 きゅうり 30 しょうゆ(淡) 1.2 酢 0.5 さとう(三温) 0.1	なす 4 にんじん 5 葉ねぎ 3 サラダ油 0.5 しょうゆ(濃) 2 さとう(三温) 1 みりん 0.5 でんぷん 0.5 花かつお 0.5 しょうゆ(淡) 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2	豚肉(スライス) 15 なす 4 にんじん 5 葉ねぎ 3 サラダ油 0.5 鶏肉(若5) 15 油あげ(冷) 5 にんじん 5 みりん 0.5 でんぷん 0.5 しょうゆ(濃) 2.5 さとう(三温) 1.5 みりん 0.5 けずりぶし(だし用) 1 水 10	豚肉(スライス) 20 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 えのきだけ 10 みつば 3 にんじん 15 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 2 水 20	ちんげん菜 30 油あげ(冷) 5 にんじん 5 しょうゆ(淡) 1.5 みりん 0.5 水 5	塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 煮干し(だし用) 1 こめ(だし用) 0.5 水 120	
	エネルギー/たんぱく質 548kcal 17.5g	エネルギー/たんぱく質 622kcal 23.6g	エネルギー/たんぱく質 524kcal 18.8g	エネルギー/たんぱく質 581kcal 24.6g	エネルギー/たんぱく質 586kcal 25.3g	エネルギー/たんぱく質 555kcal 19.0g	エネルギー/たんぱく質 507kcal 20.5g	エネルギー/たんぱく質 542kcal 21.9g	エネルギー/たんぱく質 638kcal 25.9g	エネルギー/たんぱく質 611kcal 21.0g	エネルギー/たんぱく質 534kcal 22.4g

令和5年度(6月16日~6月30日)

6月 学校給食献立表
(食材確認用献立表)

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
献立名	牛乳 白飯 なすのみそ汁 煮込みハンバーグ さやいんげんのあえもの	牛乳 白飯 いも団子汁 さけのからあげ コーンソテー	牛乳 白飯 野菜スープ カレー風味の肉そぼろ ピーチかん	牛乳 白飯 ばち汁 さばの煮つけ 野菜のごまあえ	牛乳 白飯 味付けのり 沢煮椀 ごぼうの土佐煮 冷凍みかん	牛乳 白飯 シシジュシー アーサー汁 にんじんしりしり	牛乳 食パン コーンポタージュ ハムときやべつの炒め煮	牛乳 白飯 平めんビーフンスープ 鶏ごぼう	牛乳 かやくごはん きやべつのみそ汁 五目豆	牛乳 カレーライス もち麦めし トマト入りカレー きゅうりサラダ	牛乳 白飯 とうがん汁 鶏肉の煮物 もやしのあえもの
材料名および使用量(g)	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 50□ もち米 20□	牛乳 1本○ 食パン 1袋○ (60/80/100)	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 65□ 発芽玄米 5□	牛乳 1本○ 精白米 70□ もち麦 8□	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101
	なす 20△ 油あげ(冷) 5○ わかめ(乾) 0.5○ にんじん 15△ 葉ねぎ 5△ みそ(赤) 10○ けずりぶし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 130	いももち(冷) 25□ 厚揚げ(ミニ・冷) 20□ たまねぎ 20△ にんじん 15△ 葉ねぎ 5△ 干し椎茸(スライス) 0.5△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2	鶏肉(若5) 20○ たまねぎ 30△ にんじん 15△ じゃがいも 15□ トマト 10△ パセリ(乾) 0.03△ しょうゆ(淡) 2 ぶどう酒(白) 1 塩 0.6	そうめんばち 10□ 油あげ(冷) 5○ たまねぎ 15△ にんじん 15△ なす 10△ 葉ねぎ 5△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 けずりぶし(だし用) 2 水 130	味つけのり 1袋○ 豚肉(細切) 20○ ゆば(乾) 2○ にんじん 15△ たけのこ(水煮) 10△ えのきだけ 10△ みつば 3△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2	豚肉(短冊・小) 20○ こんにゃく(糸) 1○ にんじん 10△ 干し椎茸(スライス) 0.5△ サラダ油 1□ しょうゆ(淡) 4 みりん 2 しょうゆ(濃) 1 塩 0.2	クリームコーン 30△ ホールコーン(冷) 20△ ベーコン 5△ パセリ(乾) 0.03△ 小麦粉 4□ バター(調) 4□ 牛乳(調) 50□ 生クリーム 5□ ぶどう酒(白) 1 塩 0.8	平めんビーフン 10□ 豚肉(スライス) 20○ たまねぎ 20△ にんじん 15△ ちんげん菜 15△ 干し椎茸(スライス) 0.5△ しょうゆ(淡) 3 しょうゆ(濃) 1 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.8	鶏肉(若5) 15○ 油あげ(冷) 5○ たまねぎ 5△ 干し椎茸(スライス) 0.3△ しょうゆ(淡) 7 清酒 5 水 83	鶏肉(若5) 15○ 油あげ(冷) 5○ わかめ(乾) 0.5○ にんじん 15△ 葉ねぎ 5△ みそ(赤) 10○ 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 しょうゆ(濃) 2 しょうゆ(淡) 1 水 130	とうがん 25△ ちくわ 10○ あおさ(乾) 0.5○ 豆腐(冷) 25○ とうがん 25△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2
	ハンバーグ(冷) 1□ たまねぎ 7△ サラダ油 1□ ケチャップ 8 ぶどう酒(赤) 3 ソース(ウスター) 1 水 20	さけ(角・冷) 50○ 塩 0.5 上新粉 0.05 こしょう(白) 8□ てんぷら油 8□	合挽肉(4.8) 30○ たまねぎ 20△ にんじん 15△ ピーマン 10△ カレー粉 0.4 しょうゆ(濃) 3 さとう(三温) 1□ もも果汁 35△ 寒天(フレーク) 0.6○ さとう(上白) 4□ 水 15	しょうゆ(濃) 3 さとう(三温) 2.5□ みりん 0.5 しょうゆ(濃) 10△ 花かつお 1○ いりごま 0.3□ サラダ油 0.5□ 水 20	ごぼう(洗い) 25△ 板こんにゃく 10△ みりん 1○ さとう(三温) 0.5□ みかん(冷) 1□	あおさ(乾) 0.5○ ちくわ 10○ 豆腐(冷) 25○ とうがん 25△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2	こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 こしょう(白) 0.01 水 75	こしょう(黒) 0.02 ガーリック 0.02 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 130	大豆(乾) 7○ にんじん 7△ 板こんにゃく 7△ ごぼう(乱切) 7△ 干し椎茸(ホール) 0.6△ こんにゃく(角) 0.5○ しょうゆ(濃) 1.8 さとう(三温) 1.5□ みりん 0.5 水 5	サラダ油 1□ 小麦粉 6□ バター(調) 6□ ソース(ウスター) 4 ケチャップ 3 しょうゆ(濃) 2 ぶどう酒(赤) 1 塩 0.3	鶏肉(若20) 60○ しょうが 0.5△ にんにく 0.3△ サラダ油 1□ 小麦粉 6□ しょうゆ(濃) 2 さとう(三温) 1.5□ みりん 0.5 緑豆もやし 40△ しょうゆ(淡) 1.6 酢 0.4 さとう(三温) 0.2□ 辛子 0.03
	エネルギー/たんぱく質 597kcal 24.1g	エネルギー/たんぱく質 689kcal 27.0g	エネルギー/たんぱく質 581kcal 22.9g	エネルギー/たんぱく質 624kcal 25.0g	エネルギー/たんぱく質 558kcal 21.4g	エネルギー/たんぱく質 526kcal 20.3g	エネルギー/たんぱく質 545kcal 20.9g	エネルギー/たんぱく質 679kcal 23.4g	エネルギー/たんぱく質 521kcal 20.6g	エネルギー/たんぱく質 606kcal 20.1g	エネルギー/たんぱく質 519kcal 25.4g