

2026 (令和 8) 年 6 月 予 定 献 立 表

鳴門教育大学附属小学校

日 曜	献立名	主にエネルギーもとなる食品	主に体を作るもとなる食品	主に体の調子を整えるもとなる食品
1 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	鮭チーズフライ	パン粉 小麦粉 油	鮭 チーズ	
	キャベツのゆかり和え			キャベツ ゆかりふりかけ
	大根の味噌汁		豆腐 油揚げ わかめ 味噌	人参 大根 玉ねぎしめじ
2 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	かぼちゃグラタン	じゃがいも てんぷん 小麦粉 砂糖 マーガリン 油	牛乳 チーズ	かぼちゃ 人参 玉ねぎ とうもろこし
	ゆでブロッコリー			ブロッコリー
	ミネストローネ	マカロニ じゃがいも 砂糖 オリーブ油	ベーコン	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン さやいんげん にんにく
3 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	根菜うどん	うどん 油 砂糖 ごま	鶏肉 ちくわ 油揚げ わかめ	にんにく 白菜 人参 大根 ごぼう れんこん 白ねぎ
	キャベツ入りメンチカツ	パン粉 小麦粉 てんぷん 油	豚肉 鶏肉	キャベツ
4 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	高野豆腐の卵とじ	砂糖	鶏肉 高野豆腐 かまぼこ 卵	玉ねぎ 人参 しいたけ グリンピース
	梅酢和え	ごま 砂糖	いか	きゅうり もやし 梅びしお
	チーズ		チーズ	
5 金	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	昆布と豚肉の炒め煮	油 砂糖	豚肉 厚揚げ 昆布 ちくわ	こんにゃく ごぼう たけのこ 人参 ねぎ
	子持ちししゃもフライ	小麦粉 パン粉 油	ししゃも	
	ミニトマト			ミニトマト
8 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	たくあん			たくあん
	ひじきの炒め煮	ごま 砂糖 油	鶏肉 がんもどき ちくわ 大豆 ひじき	人参 れんこん こんにゃく 枝豆
	かぼちゃサンドフライ	砂糖 てんぷん パン粉 油	豚肉	かぼちゃ 玉ねぎ
9 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	マーボー豆腐	油 ごま油 てんぷん	牛肉 豚肉 豆腐 味噌	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 しいたけ たけのこ ねぎ
	きゅうりのナムル	ごま油 砂糖 ごま	いりたまご	もやし きゅうり
10 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ホキフライ	パン粉 小麦粉 てんぷん 油	ホキ	
	ゆでキャベツ			キャベツ
11 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ハヤシライス	エスパニョールソース シチューベース バター 油	牛肉	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース にんにく
	マカロニサラダ	マカロニ マヨネーズ(卵)	ロースハム	きゅうり 玉ねぎ
	ジョアマスクット	ジョアマスクット(脱脂粉乳 マスクット果汁 水あめ)		
12 金	牛乳 小型プレーンパン	小型プレーンパン	牛乳	
	レーズンクリーム	レーズンクリーム		
	スバゲティナポリタン	スバゲティ 油 砂糖 バター	ベーコン いか えび	人参 玉ねぎ マッシュルーム ビーマン にんにく しょうが
	切り干し大根のサラダ	砂糖 ごま油	ひじき シーチキン	切り干し大根 きゅうり コーン
15 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	メルルーサのすだち風味	てんぷん 油 砂糖	メルルーサ	しょうが すだち果汁
	ゆで枝豆			枝豆
	けんちん汁	さといも	鶏肉 豆腐 油揚げ	大根 人参 れんこん こんにゃく ねぎ
16 火	牛乳 わかめごはん	精白米 強化米	牛乳 わかめごはんの素	
	じゃがいものそばろ煮	じゃがいも 油 砂糖	鶏肉 厚揚げ	しょうが 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ グリンピース
	アスパラガスのごま和え	砂糖 ごま	シーチキン	アスパラガス キャベツ 人参
17 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ほいこうろう	ごま油 ごま 砂糖 油	豚肉 がんもどき 味噌	キャベツ しいたけ たけのこ ビーマン 人参 玉ねぎ にんにく しょうが
	ぎょうぎ	小麦粉 てんぷん 砂糖 油	豚肉	キャベツ たら 玉ねぎ しょうが
18 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	カレーライス	じゃがいも カレールウ バター 油	豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく グリンピース
	ヨーグルト和え		ヨーグルト	みかん 白桃 パイン
19 金	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ばんさんすう	マロニー 砂糖 ごま油 ごま	ロースハム いりたまご	キャベツ もやし 人参 きゅうり
	野菜コロッケ	じゃがいも 小麦粉 てんぷん 砂糖 油	大豆粉	人参 かぼちゃ 玉ねぎ 黒枝豆
	さくらんぼゼリー	さくらんぼゼリー(さくらんぼ)		
22 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ウィンナーのチリソース煮	油 砂糖 てんぷん	チキンウィンナー えび いか うずら卵	玉ねぎ 人参 たけのこ グリンピース にんにく しょうが
	青のりポテトビーンズ	じゃがいも てんぷん 油	大豆 青のり	
23 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	鶏肉の塩こうじ焼き	塩こうじ	鶏肉	
	かつおきゅうり		かつお節	きゅうり
	かきたま汁		豆腐 かまぼこ 卵	人参 白菜 玉ねぎ えのき ねぎ
24 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ハンバーグラタトワイユソース	オリーブ油 砂糖 てんぷん	豚肉 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ なす トマト セロリ ビーマン にんにく
	チーズ粉ふきいも	じゃがいも	チーズ	パセリ
25 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	肉団子の酢豚風	油 砂糖 てんぷん パン粉	鶏肉 豚肉 うずら卵	人参 玉ねぎ たけのこ ビーマン ブルーンピュレ しょうが
	ゆでとうもろこし			とうもろこし
26 金	牛乳 食パン	食パン	牛乳	
	マーマレードジャム	マーマレードジャム		
	オープンオムレツ	じゃがいも 油 バター	ベーコン 卵 牛乳	玉ねぎ ビーマン
	パンブキンポタージュ	油 バター パンプキンポタージュの素 シチューベース	えび 牛乳 生クリーム	玉ねぎ 人参 マッシュルーム かぼちゃ パセリ
29 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	親子丼	油 砂糖 てんぷん	鶏肉 かまぼこ 卵	しいたけ 人参 玉ねぎ ねぎ
	ブロッコリーの酢の物	砂糖 ごま	かに風味フレーク(かに ほたて)	ブロッコリー もやし
30 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	豚肉のごまがらめ	てんぷん 油 砂糖 ごま	豚肉	しょうが
	ゆでキャベツ			キャベツ
	なすの味噌汁		豆腐 油揚げ 味噌	人参 なす 玉ねぎ しめじ ねぎ

※物資の購入・その他の理由で献立を変更することがありますが、ご了承ください。

※子持ちししゃもフライなどの魚は一部、魚卵を含んでいる可能性があります。また、魚の骨に注意して食べるようにしましょう。

※かっこ () の中は、関係する食物アレルギーの原因食品や主な原料となる食材を掲載しています。