



# 2024年6月分こんだて



瀬戸SOLAN小学校  
(通常サイズ)

日	曜	材料名				
		メニュー	体をつくる	体の調子を整える	熱や力のもとになる	その他
3	月	ごはん イカカツ▲ ぼろウィンナー ピーマンソテー 小松菜の煮浸し 竹輪の味噌煮▲・フルーツ	イカ 青のり ウィンナー 油揚げ 竹輪 味噌	玉葱 人参 ビーマン 小松菜 人参 ハネージュメロン	米 油 パン粉 小麦粉 でん粉 ピーマン 油 砂糖 砂糖 砂糖	醤油 塩 中華味 醤油 和風だし 醤油 和風だし
4	火	ごはん ハンバーグ▲ おからポテト スパゲティソテー▲ コールスローサラダ 五目煮豆・フルーツ	鶏肉 牛肉 おから 豆乳 枝豆 大豆	玉葱 人参 ビーマン キャベツ 人参 レンコン ごぼう 人参 蒟蒻 りんご	米 パン粉 でん粉 砂糖 じゃが芋 でん粉 油 スパゲティ 砂糖 油 どうもろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖	ケチャップ 香辛料 塩 香辛料 ケチャップ 中華味 塩 こそよう 塩 こそよう 和風だし 醤油
5	水	ごはん 鶏肉とじゃが芋のケチャップ炒め エビフライ○ フロッコリー 胡瓜と若布の和え物 生炊の煮物▲・フルーツ	鶏肉 大豆たん白 エビ 若布 シーチキン	玉葱 人参 ビーマン にんにく フロッコリー 胡瓜 大根 人参 イングン オレンジ	米 じゃが芋 油 砂糖 パン粉 小麦粉 油 生麸 砂糖	ケチャップ 醤油 中華味 塩 こそよう 塩 青じそドレッシング 和風だし 醤油
6	木	ごはん 野菜コロッケ▲ チリソースボール キャベツのゆかり和え 豆腐チキン オクラのおかか和え・フルーツ	鶏肉 豚肉 大豆粉 豆腐 鶏肉 花かつお	人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 人参 人参 葱 椎茸 オクラ バイナップル	米 じゃが芋 パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖 油 餅 醤油 香辛料 でん粉 油 片栗粉 砂糖 油 どうもろこし	塩 こそよう 餅 醤油 香辛料 ケチャップ 中華味 ゆかり粉 和風だし 醤油 和風だし 醤油
7	金	ごはん・ハーフカレー■▲ 鶏肉の味噌焼き 焼売▲ 青菜コン和え 切干大根のカレー炒め レンコン金平・フルーツ	牛肉 全粉乳 鶏肉 味噌 豚肉 鶏肉 鶏肉	りんごピューレ ココナッツミルク チャツネ にんにく 玉葱 ほうれん草 玉葱 人参 切干大根 ニら 人参 レンコン 人参 蒟蒻 イングン オレンジ	米 小麦粉 砂糖 ラード はちみつ じゃが芋でん粉 砂糖 パン粉 でん粉 小麦粉 砂糖 どうもろこし 砂糖 油 砂糖 油	ケチャップ カレー粉 塩 ポークエキス みりん 塩 こそよう 中華味 塩 こそよう 醤油 カレー粉 塩 こそよう 和風だし 醤油
10	月	ごはん チキンソテー▲ 野菜肉巻き▲ 焼きうどん▲ ジャーマンポテト フロッコリーサラダ・フルーツ	鶏肉 植物性たん白 鶏肉 大豆粉 ウィンナー	人参 イングン キャベツ 玉葱 生姜 キャベツ 玉葱 人参 玉葱 グリンピース ハフリカ フロッコリー 人参 バイナップル	米 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖 油 パン粉 砂糖 でん粉 水あめ うどん 油 砂糖 じゃが芋 油 砂糖 どうもろこし ノンエッグマヨネーズ	チキンエキス 塩 香辛料 醤油 醤油 塩 和風だし 醤油 中華味 塩 こそよう 塩 こそよう
11	火	ごはん ソース豚カツ▲ 人参煮 キャベツソテー・巻おかつ煮 糸蒟蒻の炒め煮・フルーツ 野菜ゼリー	豚肉 大豆粉 花かつお 若布 油揚げ 枝豆	人参 キャベツ 人参 玉葱 葱 蒟蒻 ハネージュメロン	米 パン粉 小麦粉 でん粉 油 砂糖 砂糖 油 砂糖 油 砂糖 野菜ゼリー	塩 醤油 ソース 和風だし 醤油 中華味 塩 こそよう 和風だし 醤油 和風だし 醤油
12	水	ごはん サバの塩焼き コーンボール 糖漬ソテー マカロニサラダ▲ ミート大豆煮・フルーツ	サバ いとしより 糖漬ソテー 枝豆 大豆 鶏肉	ほうれん草 玉葱 人参 玉葱 ハフリカ 玉葱 人参 パセリ粉 りんご	米 どうもろこし でん粉 油 砂糖 油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 砂糖	塩 中華味 塩 こそよう 塩 こそよう ケチャップ 中華味 塩 こそよう
13	木	ごはん 豚すき煮 焼き豆腐 枝豆 ひじきとツナのサラダ さつま芋しモン煮・フルーツ	豚肉 大豆たん白 豆腐 枝豆 ひじき シーチキン	ほうれん草 人参 レモン果汁 オレンジ	米 砂糖 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 さつま芋 砂糖	和風だし 醤油 和風だし 醤油 塩 餅 醤油
14	金	ごはん 鶏の唐揚げ▲ 粉ふき芋カレー風味 野菜炒め 大根金平 春雨サラダ・フルーツ	鶏肉 粉ふき芋カレー風味 油揚げ ハム	生姜 にんにく パセリ粉 キャベツ もやし 人参 ビーマン 大根 人参 イングン 人参 胡瓜 ハネージュメロン	米 砂糖 でん粉 コーンミール 小麦粉 油 じゃが芋 油 砂糖 油 春雨 砂糖	醤油 香辛料 塩 カレー粉 塩 中華味 塩 こそよう 和風だし 醤油 中華味 餅 醤油
17	月	ごはん 一口白身魚フライ▲ 蒸しどうもろこし 金平ごぼう ミートハンネ▲ もやしと胡瓜のゆかり和え・フルーツ	ホキ 青のり 鶏肉	ごぼう 人参 玉葱 人参 もやし 胡瓜 ハフリカ バイナップル	米 パン粉 小麦粉 砂糖 油 どうもろこし 油 砂糖 パン粉 砂糖 油	塩 和風だし 醤油 ケチャップ 中華味 塩 こそよう ゆかり粉 塩
18	火	ごはん 揚げコロッケ▲ ウィンナー マカロニ和風ソテー▲ コーンサラダ キャベツの青じそ和え・フルーツ	ウィンナー 鶏肉	玉葱 ほうれん草 人参 人参 パセリ粉 キャベツ ハフリカ 胡瓜 オレンジ	米 じゃが芋 パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 油 マカロニ 油 砂糖 どうもろこし ノンエッグマヨネーズ	塩 香辛料 和風だし 醤油 塩 こそよう 塩 こそよう 青じそドレッシング
19	水	ごはん タンダーチキン 鶏肉煮 フロッコリーソテー ツナ大豆煮 青菜のお浸し・フルーツ	鶏肉 大豆 シーチキン 油揚げ	にんにく 胡瓜 フロッコリー 人参 人参 イングン 青梗菜 玉葱 りんご	米 じゃが芋でん粉 砂糖 油 砂糖 砂糖 砂糖	みりん 塩 こそよう カレー粉 和風だし 醤油 中華味 塩 こそよう 和風だし 醤油
20	木	ごはん 味噌味つくね▲ レンコンの天ぷら▲ 焼きそば▲ 野菜のケチャップソテー 切干大根のほりほり漬け・フルーツ	鶏肉 大豆たん白 味噌 青のり ウィンナー 切干大根のほりほり漬け	玉葱 人参 葱 ごぼう 葱 レンコン キャベツ 玉葱 人参 玉葱 パセリ粉 切干大根 人参 バイナップル	米 パン粉 砂糖 小麦粉 油 砂糖 焼きそば麺 油 じゃが芋 砂糖 油 砂糖	塩 醤油 こそよう 和風だし 醤油 ソース 塩 こそよう 中華味 ケチャップ 醤油 塩 こそよう 餅 醤油
21	金	ごはん 野菜春巻き▲ ミートボール ピーマンソテー 若布の酢の物▲ 鶏肉 肉じゃが・フルーツ	鶏肉 豚肉 大豆粉 若布 竹輪 鶏肉	キャベツ 人参 玉葱 椎茸 イングン 玉葱 玉葱 人参 ビーマン 人参 玉葱 人参 グリンピース ハネージュメロン	米 じゃが芋 春雨 油 小麦粉 でん粉 じゃが芋 砂糖 でん粉 油 ピーマン 油 砂糖 砂糖 じゃが芋 砂糖	醤油 塩 餅 醤油 香辛料 中華味 醤油 餅 塩 和風だし 醤油
24	月	ごはん エビカツ○ 粉ふき芋 キャベツソテー 青菜とウィンナーソテー 大根味噌煮・フルーツ	エビ イカ ウィンナー 味噌	玉葱 パセリ粉 キャベツ 人参 玉葱 ほうれん草 もやし 大根 人参 イングン りんご	米 でん粉 小麦粉 パン粉 コーンフラワー 砂糖 油 じゃが芋 油 どうもろこし 油 砂糖	塩 醤油 ソース 塩 中華味 塩 こそよう 中華味 塩 こそよう 和風だし
25	火	ごはん 餅▲ さくら焼売▲ フロッコリー・高野豆腐煮 もやしとハムのソテー・フルーツ 米粉のスイートポテト	鶏肉 豚肉 大豆 昆布 高野豆腐 ハム 豆乳 海藻 大豆	生姜 にんにく 玉葱 人参 ビーマン 玉葱 生姜 フロッコリー もやし ビーマン オレンジ	米 片栗粉 小麦粉 油 砂糖 でん粉 コーンミール 片栗粉 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖 砂糖 砂糖 さつま芋 砂糖 米粉 ショートニング 油	餅 ケチャップ 中華味 塩 こそよう 醤油 香辛料 白醤油 和風だし 塩 和風だし 醤油 中華味 塩 こそよう 塩 寒天 香辛料
26	水	ごはん サゲの照焼き チキンナゲット▲ 焼きそば▲ ポテトサラダ イングンのツツ和え・フルーツ	サゲ 鶏肉 シーチキン	キャベツ 玉葱 人参 人参 胡瓜 イングン バイナップル	米 砂糖 でん粉 砂糖 どうもろこし粉 小麦粉 もち米粉 油 焼きそば麺 油 じゃが芋 どうもろこし ノンエッグマヨネーズ どうもろこし 砂糖	醤油 塩 ソース 塩 こそよう 塩 こそよう 和風だし 醤油
27	木	ごはん 豚肉の生姜焼き 大学芋 枝豆 ひじき煮 小松菜中華炒め・フルーツ	豚肉 大豆たん白 大学芋 枝豆 油揚げ	玉葱 人参 生姜 ひじき 人参 イングン 小松菜 玉ねぎ ハフリカ ハネージュメロン	米 油 砂糖 さつま芋 砂糖 砂糖 油	醤油 醤油 塩 和風だし 醤油 中華味 醤油
28	金	ごはん コーンコロッケ▲ ハムステーキ カレースパゲティ▲ ピーマン肉味噌炒め 白菜昆布和え・フルーツ	ハム 鶏肉 味噌 塩昆布	ほうれん草 玉葱 ピーマン ハフリカ 白菜 人参 オレンジ	米 どうもろこし じゃが芋 パン粉 砂糖 でん粉 小麦粉 油 スパゲティ 油 砂糖 油 砂糖	塩 こそよう カレー粉 塩 こそよう 醤油 醤油

☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます。

☆アレルギー物質(特定原材料7品目)を含む献立は右の印にて表示しています。卵…● 乳…■ 小麦…▲ そば…▽ 落花生…◎ えび…○ かに…□

NCC

日本ケタリング株式会社