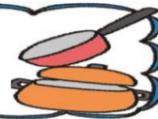




れい わ ねん ど がつ こん だて ひょう  
令和3年度 6月献立表



あいちけんりつとよはしろうがっこう  
愛知県立豊橋聾学校



日曜	献立	おもに血・肉・骨になるもの				おもに体の調子を整えるもの				おもに熱や力のもとになるもの				その他	エネルギー
		たんぱく質・無機質				カロテン・ビタミンC・食物繊維				炭水化物・脂質					
<p>☆牛乳の日☆ ~皆さんの成長に必要な栄養素がたっぷり詰まった牛乳は、給食に毎日登場します。しっかり飲みましょう!~</p>															
1	火	豚丼 牛乳 ゆかり和え 豆腐とわかめのみそ汁	豚もも肉 牛乳	かまぼこ	たまねぎ にんじん 米こんにやく 葉ねぎ	しょうが	キャベツ きゅうり にんじん 赤しそ			こめ 米	砂糖	油			696kcal 31.6g
2	水	ごはん 牛乳 かつおのおかか煮 きゅうりとわかめの酢の物 かみなり汁	牛乳	かつお かつお節 わかめ 豆腐	たまねぎ にんじん 葉ねぎ	しょうが きゅうり コーン				こめ 米	砂糖 でんぷん 春雨 砂糖	油			686kcal 29.1g
3	木	レーズンロールパン 牛乳 チキンピカタ ラタトゥイユ オニオンスープ	脱脂粉乳 牛乳		レーズン					こむぎこ 小麦粉	ショートニング 砂糖				828kcal 31.8g
<p>☆6月4日~10日「歯と口の健康週間」☆ ~よくかんで食べると、だ液がたくさん出るので、虫歯予防になります。一口30回を目標に、しっかりかみましよう。~</p>															
4	金	ごはん 牛乳 たこ唐揚げのレモンソースかけ かみかみたくあん和え 五目汁	牛乳	たこ	レモン汁					こめ 米	砂糖 片栗粉 砂糖	油			620kcal 28.1g
7	月	ひじきごはん 牛乳 大豆入りナゲットの甘みそがけ つみれ汁	鶏もも肉 牛乳	油揚げ ひじき	にんじん こんにやく 枝豆					こめ 米	油 砂糖	砂糖			771kcal 33.5g
8	火	ごはん 牛乳 豚肉とキャベツのしょうが炒め ガーリックバターポテト かきたま汁	牛乳	豚もも肉	キャベツ もやし にんじん しょうが					こめ 米	ごま油 砂糖 片栗粉	かたくりこ 片栗粉			712kcal 33.7g
9	水	ジャージャー麺(麺・肉みそ) (添え野菜) 牛乳 さくらんぼゼリー マヨネーズ	豚ひき肉 牛乳		にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ 葉ねぎ	きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン もやし				こめ 米	砂糖 片栗粉	かたくりこ 片栗粉	オイスターソース(こむぎ)		722kcal 27.0g
10	木	クロワッサン 牛乳 ミートオムレツ ウインナーと野菜のソテー マカロニのクリーム煮	脱脂粉乳 牛乳	卵 鶏肉	たまねぎ トマト	キャベツ にんじん たまねぎ				こむぎこ 小麦粉 薄力粉	ショートニング 砂糖 マーガリン				831kcal 29.8g
<p>☆入梅の日☆ ~この時期にとれる「入梅いわし」は、脂がのってとてもおいしいです。~ ☆陸上大会応援献立☆ ~給食でスタミナをつけて大会に臨みましょう!~</p>															
11	金	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 きしめんサラダ スタミナ豚汁 ごまドレッシング	牛乳	いわし	赤しそ 梅肉	キャベツ にんじん きゅうり				こめ 米	砂糖 でんぷん				698kcal 27.2g
14	月	ごはん 牛乳 しそ巻 中華風きんぴら チンゲン菜のスープ	牛乳	鶏肉 豚もも肉 鶏むね肉	たまねぎ キャベツ にんじん 長ねぎ しょうが 青しそ	ごぼう 黄ピーマン ピーマン				こめ 米	春雨 小麦粉 砂糖	でんぷん 砂糖 水あめ 油			678kcal 27.4g
15	火	ごはん 牛乳 あじのさんが焼き 切り干し大根の煮つけ 麦みそ汁	牛乳	あじ みそ	たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう たけのこ					こめ 米	脱脂粉乳 油 砂糖	砂糖			682kcal 31.2g
16	水	ミルクロールパン 牛乳 ポークビーンズ カラフルサラダ 蒲郡みかんのプチゼリー コーンクリームドレッシング	脱脂粉乳 牛乳	豚もも肉 大豆	にんじん たまねぎ トマト	キャベツ きゅうり 赤ピーマン コーン				こむぎこ 小麦粉	ショートニング 砂糖				817kcal 33.6g

