



令和5年 6月 献立表



学校法人マイトリ学園

日	月	火	水	木	金	土
				1 星コロッケ キャベツソテー マカロニミート和え 白菜おかか和え チキンナゲット ご飯 348kcal 2.8g 卵・乳・小麦・大豆・魚	2 鯖の味噌煮 ささがき金平 野菜サラダ ベビーバターコロッケ みかん缶 ご飯 369kcal 2.9g 卵・乳・小麦・大豆・魚・コーン	3
4	5 鶏肉トマトソース スパソテー ミニイカフライ 青菜ゴマ和え タコウインナー ご飯 378kcal 3.1g 乳・小麦・大豆・ゴマ・イカ	6 ズ)ソーセージスープ 醤油旨味イカカツ 野菜ふりかけ ご飯 *おやつ Caせんべい 398kcal 2.7g 小麦・大豆・魚・コーン・イカ・ゴマ	7 ホキ天野菜あん 枝豆ペーコンソテー コールスローサラダ 中華ポテト ご飯 388kcal 3.1g 卵・乳・小麦・大豆・魚・コーン	8 すき焼き風煮 花型がんも煮 竹輪ごま煮 ハムサラダ 卵ロール ご飯 354kcal 3.2g 卵・乳・小麦・大豆・コーン ゴマ・魚	9 手作り弁当	10
11	12 鶏肉野菜あん スパソテー 筑前煮 ソーセージサラダ ほうれん草焼売 ご飯 386kcal 2.9g 小麦・大豆・魚・コーン	13 ズ)豚汁 ミニ野菜コロッケ おかかふりかけ ご飯 *おやつ アニマルビスケット 388kcal 3.3g 小麦・大豆・ゴマ・魚	14 塩野菜炒め 餃子 大根トマト煮 青菜おかか和え 揚げたこ焼き ご飯 347kcal 3.6g 卵・小麦・大豆・魚・山芋・たこ	15 白身魚フライ キャベツソテー ジャーマンポテト ゴマサラダ おでん風竹輪煮 ご飯 375kcal 3.1g 卵・乳・小麦・大豆・ゴマ・魚	16 焼き鳥風 キャベツソテー ニラ竹の子炒め コーンサラダ ポムデュセス ご飯 369kcal 3.2g 乳・小麦・大豆・コーン・ゴマ	17
18	19 ソースハムカツ キャベツソテー 青菜ソテー ツナサラダ たれ付きミートボール ご飯 356kcal 3.4g 乳・小麦・大豆・コーン・魚	20 ズ)ミネストローネ エビカツ 鮭ふりかけ ご飯 *おやつ 里たべよ 374kcal 3.2g 乳・小麦・大豆・ゴマ・魚 イカ・エビ	21 豚肉生姜焼き キャベツソテー タイ風炒め ミニハッシュドポテト 大根水菜サラダ ご飯 399kcal 3.5g 小麦・大豆・魚・コーン	22 モーカ大根 一口がんも煮 白菜と豚肉うま煮 キャベツもみ 人参焼売 ご飯 357kcal 3.5g 小麦・大豆・ゴマ・魚	23 手作り弁当	24
25	26 肉詰めいなり煮 ツナとじゃがいもトマト煮 揚げ焼売 枝豆サラダ ご飯 367kcal 3.4g 乳・小麦・大豆・ゴマ・魚・コーン	27 ズ)カレー もちサクポテト 無添加福神漬 け ご飯 *おやつ ミレービスケット 395kcal 3.7g 乳・小麦・大豆・ゴマ・落花生	28 ペンネナポリ 一口カツ ツナじゃが炒め さきみサラダ ミニウインナー ご飯 386kcal 3.6g 乳・小麦・大豆・コーン・魚	29 鯖の塩焼き ひじき煮 ソーセージ天 カニ風味サラダ 里芋煮 ご飯 377kcal 3.7g 卵・小麦・大豆・魚・コーン	30 煮込みハンバーグ スパソテー 切干煮 ツナもやし和え かぼちゃ焼売 ご飯 389kcal 3.4g 卵・小麦・大豆・魚	

～6月のお話～

梅雨の時期になり、気温の差が激しく変化するので体調管理に気をつけていきましょう。
6月の行事食の一つには「水無月」という和菓子(ういろうの上に小豆が乗ったもの)があります。
その昔宮中では、6月1日に「氷の節句」を行い、氷室に貯蔵された冬の氷を取り寄せて口にすることで夏を無事に乗り切ろうと祈願しました。庶民にとって氷は高嶺の花だったため、削り立ての鋭い氷に見立てた生地に、邪気を払う小豆をのせたお菓子を作り、6月を意味する「水無月」と名付けたのです。
特に、夏越しの祓の頃に食べると無病息災で過ごせるとされています。

ご飯(100gあたり)
カロリー:160kcal
たんぱく質:2.6g
※献立表のカロリー、たんぱく質は
おかずのみのものです。

ズ)はズンドー容器に入った温かい給食です。
※材料の都合により、献立を変更する場合がありますので予めご了承ください。
献立担当は宮崎・高橋です。御意見、御要望がありましたら御一報下さい。
*アレルギー表示に鶏・豚は含まれていませんので、ご不明な点はご連絡下さい。
※センターのお米は、国産で毎日精米して安心な物を提供しております。
桐生給食センター TEL54-1614

