



令和6年度 6月の学校給食予定献立表

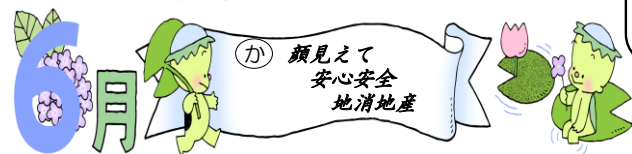


大和町学校給食センター

日	曜	給食のない学校 学年 など	スプーン	献立名	赤の食べ物	緑の食べ物	黄の食べ物	栄養価・小		栄養価・中	
					血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)	体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)	熱や力になる (炭水化物・脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
3	月	大和中 宮床中		ごはん ポークしょうまい (小2個・中3個) メマの炒め物 さつま汁	牛乳 豚肉 かつお節 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	にんじん ごぼう しょうが だいこん たまねぎ 根深ねぎ メンマ 乾しいたけ	ごはん 砂糖 水あめ 小麦粉 ごま油 ごま さつまいも パン粉 水あめ ラー油	615	28.0	17.4	2.5
4	火	吉岡小 大和中 宮床中		ごはん かむふりかけ あじの塩焼き 肉じゃが 豆腐となめこのみそ汁	牛乳 昆布 あじ 豚肉 かたくちいわし まいわし うるめいわし みそ 豆腐 かつお節	かぼちゃ きょうな さやいんげん だいこん トマト にんじん ひろしまな モロヘイヤ ごぼう だいこん たまねぎ とうもろこし 根深ねぎ なめこ	ごはん 砂糖 水あめ ひえ キヌア てん粉 じゃがいも 米サラダ油 三温糖	557	27.4	14.2	2.6
5	水	吉岡小	◎	バターロールパン ミートオムレツ リヨネースポテト ミネストローネ	牛乳 鶏卵 鶏肉 ベーコン 大豆	トマト にんじん セロリ たまねぎ	パン バター 砂糖 てん粉 植物油 じゃがいも	636	22.3	28.4	2.9
6	木			ごはん 鶏ささみフライ みそきんぴら ワタンスープ	牛乳 鶏肉 豚肉 みそ 大豆	にんじん ごぼう 根深ねぎ はくさい もやし 乾しいたけ	ごはん 米白絞油 米サラダ油 三温糖 ごま油 ごま 砂糖 小麦粉 パン粉 てん粉 植物油 じゃがいも	642	24.8	17.8	2.5
7	金	鶴巣小	◎	ドライカレー (麦ごはん・ドライカレーの具) フルーツのアセロラゼリー和え	牛乳 豚肉 大豆	青ピーマン トマト にんじん セロリ たまねぎ にんにく アセロラ バインアップル パナ マンガー みかん もも りんご	パン バター 砂糖 米サラダ油 小麦粉 カレー粉 水あめ てん粉	707	23.9	18.8	1.7
10	月	宮床小4年 小野小2年		ごはん いわしのかば焼き ずき昆布の煮物 大根と小松菜のみそ汁	牛乳 いわし 昆布 さつま揚げ かたくちいわし まいわし うるめいわし 油揚げ みそ	ごまつな にんじん だいずもやし だいこん 根深ねぎ	ごはん 米白絞油 てん粉 中ざら糖 三温糖 米サラダ油	630	22.2	17.3	2.3
11	火			ごはん だし巻き卵 ホイコーロー わかめスープ	牛乳 鶏卵 豚肉 生揚げ みそ なると 豆腐 わかめ かつお節 昆布	青ピーマン にんじん キャベツ しょうが たまねぎ にんにく 根深ねぎ	ごはん てん粉 砂糖 なたね油 三温糖 米サラダ油 ごま油 ごま	570	22.2	18.8	2.4
12	水		◎	背割りコッペパン チリコンカン ポトフ ぶどうゼリー	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆 ウイナーソーセージ ガルパングリッツ	赤ピーマン トマト にんじん キャベツ セロリ だいこん たまねぎ にんにく ぶどう	パン 米サラダ油 じゃがいも グラニュー糖 ゼリー	629	26.2	27.9	2.6
13	木	吉田小5・6年 落合小5・6年 宮床中		ごはん 鶏肉の香味焼き 五目豆 油と小松菜のみそ汁	牛乳 鶏肉 がんもどき 大豆 昆布 かたくちいわし まいわし うるめいわし 豆腐 みそ	ごまつな さやいんげん にんじん ごぼう しょうが だいこん たけのこ にんにく	ごはん 米サラダ油 三温糖 ごま油 米サラダ油 三温糖 じゃがいも 油ひ ごま	572	31.2	15.3	2.2
14	金	宮床小5・6年 吉田小5・6年 落合小5・6年		麦ごはん 豚肉の煮物 みそスープ オレソジ	牛乳 豚肉 みそ	グリーンピース にら にんじん ごぼう しょうが たまねぎ とうもろこし もやし オレソジ	ごはん 大豆 米サラダ油 三温糖 じゃがいも ごま油 ごま	630	25.7	19.6	2.1
17	月	宮床小5・6年		ごはん 味付け肉団子 (2個) 切干し大根の炒り煮 けんちん汁	牛乳 鶏肉 油揚げ かつお節 豚肉 豆腐	グリーンピース にんじん 切干しだいこん ごぼう だいこん たまねぎ 根深ねぎ 乾しいたけ	ごはん パン粉 砂糖 大豆油 てん粉 三温糖 米サラダ油 水あめ	588	25.6	17.5	2.0
18	火			ごはん 食育かるた 笹かまぼこの磯辺揚げ 大和町産まいわけのオイスターソース炒め 宮城県産わかめと豆腐のみそ汁	牛乳 ささかまぼこ あおさ 豚肉 かき かたくちいわし まいわし うるめいわし みそ 油揚げ わかめ 豆腐	赤ピーマン えだまめ にら たけのこ にんにく 根深ねぎ たまごだけ まいだけ	ごはん 小麦粉 てん粉 米白絞油 水あめ 砂糖 米サラダ油 三温糖	568	25.4	17.0	2.7
19	水		◎	食パン 宮城県産いちごジャム もろかのマリアナソース 枝豆とウイナーのソテー トマトと宮城県産たまごのスープ	牛乳 もろか ウイナーソーセージ 鶏肉 鶏卵	えだまめ トマト にんじん しょうが たまねぎ とうもろこし いちご	パン 米白絞油 てん粉 三温糖 バター 米サラダ油 砂糖 水あめ ジャム	629	27.4	27.6	3.3
20	木	吉岡小4年 鶴巣小5年		ごはん キャベツメンチカツ (パックソース) アスパラガスとコーンのソテー ABCコンソメスープ	牛乳 豚肉 ベーコン	アスパラガス ごまつな にんじん キャベツ セロリ たまねぎ とうもろこし	ごはん 米白絞油 砂糖 てん粉 パン粉 小麦粉 バター 米サラダ油 じゃがいも マカロニ なたね油	599	21.6	19.0	2.0
21	金	吉岡小4年 鶴巣小5年	◎	ごはん ショウロンポー (小1個・中2個) 大和町産行者菜入りジャージャン豆腐 冷凍バインアップル	牛乳 豚肉 大豆 鶏肉 生揚げ みそ	ぎょうじやな にんじん キャベツ しょうが たけのこ たまねぎ にんにく 根深ねぎ バインアップル しいたけ	ごはん 米油 小麦粉 米サラダ油 砂糖 三温糖 てん粉 ごま油	665	25.1	23.4	2.1
24	月			わかめごはん さばの塩こうじ焼き ひじきの炒り煮 いものご汁	牛乳 わかめ かつお節 さば 豚肉 ひじき 大豆 油揚げ 鶏肉 みそ 豆腐	えだまめ にんじん ごぼう だいこん 根深ねぎ	ごはん 砂糖 米サラダ油 三温糖 さといも	566	27.6	14.2	3.2
25	火			ごはん ハンバーグマトソース ポテトのチーズ煮 大根のみそ汁	牛乳 鶏肉 豚肉 ベーコン チーズ かたくちいわし まいわし うるめいわし みそ 豆腐 油揚げ	ごまつな トマト にんじん パセリ だいこん たまねぎ 根深ねぎ	ごはん てん粉 砂糖 米サラダ油 じゃがいも バター 三温糖 植物油	636	26.1	22.7	2.1
26	水	小野小4・5年 もみじ4・5年		米粉パン 揚げぎょうざ (小2個・中3個) ピリ辛キムチうどん 冷凍みかん	牛乳 豚肉 なると 昆布	ぎょうじやな にんじん キャベツ しょうが だいこん たまねぎ とうもろこし にんにく 根深ねぎ はくさい もやし みかん さくらげ	パン 米粉 マーガリン てん粉 小麦粉 砂糖 米白絞油 うどん もち粉	604	22.6	21.8	3.6
27	木	小野小5年・もみじ5年 大和中1年	◎	豚肉のハヤシライス (麦ごはん・豚肉のハヤシライスの具) ブロッコリーとえびのソテー フローズンヨーグルト	牛乳 豚肉 えび ヨーグルト	グリーンピース にんじん ブロッコリー たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	ごはん 大豆 米サラダ油 じゃがいも ハヤシルウ バター	695	25.0	20.5	2.7
28	金	落合小2・3年		ごはん かぼちゃひき肉フライ じゃがいものそぼろ煮 チンゲンサイのスープ	牛乳 豚肉 ハム うすら卵	かぼちゃ さやいんげん チンゲンサイ にんじん しょうが たけのこ たまねぎ 根深ねぎ 乾しいたけ	ごはん 砂糖 てん粉 パン粉 小麦粉 植物油 米白絞油 じゃがいも 三温糖 米サラダ油 ごま油	604	20.3	20.5	2.9

*牛乳は毎日つきます。
*太字は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。
*都合により献立を変更する場合があります。
*スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつかきます。
*6月から9月までの間、衛生面を考慮して献立としての和え物・サラダ等の献立を控え、炒め物・煮物等で対応させていただきますので、ご理解ご協力をお願いします。

たいわの食育かるたメニュー (18日)



6月は、「みやびふるさと食材月間」です。仙台市行内研究会黒川支部の方々より「行者菜」を提供していただくことになりました。
21(金) ジャージャン豆腐、26(水) ピリ辛キムチうどんに使用します。おいしい大和町産の行者菜を感謝して食べましょう。



平均 (基準)		
小学校	中学校	
エネルギー (kcal)	613(660)	788(830)
たんぱく質 (g)	25.1(25.0)	30.3(31.0)
脂 質 (g)	20.0(18.5)	24.5(22.5)
塩 分 (g)	2.5(2.0)	3.2(2.5)

今月の地場産品

- ☆町内産 米、ぎょうじやな、青ピーマン、しいたけ、まいだけ、さくらげ
- ☆県内産 豚肉、大豆、鶏卵、チンゲンサイ、にら、赤ピーマン、なめこ、豆腐、いちご



☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきてきましょう☆