

6 月 分 献 立 予 定 表

令和8年度

相模原市立橋本小学校

給食回数 22回

日	曜日	こんだて	おもなざいりょうとからだではたらき			えいようか		かていで おぎないたい しょくざい	
			からだをつくる	ねつやちからになる	からだのちょうしを ととのえる	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)		
			(あか)	(き)	(みどり)	しじつ (g)	えんぶん (g)		
1	月	ガバオライス ひじきのサラダ とうふともやしのスープ		ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき まぐろ とりにく とうふ	こめ あぶら さとう でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく エリンギ ピーマン キャベツ きゅうり もやし たけのこ しいたけ ながねぎ なら	601	28.0	 こざかな
							18.8	2.8	
2	火	くろパン かれのいナッツパンこやき ミネストローネ		ぎゅうにゅう きれい ベーコン	パン アーモンド パンこ あぶら じゃがいも マカロニ	にんにく にんじん たまねぎ セロリ ズッキーニ トマト コーン	601	29.3	
							21.4	2.7	
3	水	*橋本小学校 開校記念 おめでとう 給食* せきはん とりにくのからあげ かまぼこのすましじる ヨーグルト		あずき とりにく とうふ かまぼこ ヨーグルト	こめ もちまい ごま でんぶん あぶら	りんごジュースしょうが にんにく えのきたけ にんじん こまつな	653	23.4	 かいそう
							16.9	2.0	
開校記念日は6月5日です									
4	木	ソフトフランスパン マカロニのクリームに ごまドレッシングサラダ		ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チーズ だっしふんにゅう ハム	パン じゃがいも マカロニ あぶら マーガリン こむぎこ ごま	にんじん たまねぎ マッシュルーム きゅうり グリーンピース キャベツ	646	25.4	 くだもの
							23.8	2.7	
5	金	もずくどん たまごととうふのスープ アーモンドいりこざかな		ぎゅうにゅう もずく ぶたにく たまご とうふ アーモンドいりこざかな	こめ あぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ ピーマン しょうが こまつな	615	28.2	 きのこ
							16.8	2.2	
8	月	きなこあげパン ポトフ さやいんげんとハムのソテー		ぎゅうにゅう きなこ ウインナーソーセージ ベーコン ハム	パン あぶら さとう じゃがいも バター	にんじん たまねぎ キャベツ セロリ コーン パセリ さやいんげん	633	22.0	 かいそう
							27.9	2.9	
9	火	🍷かみかみデー🍷 かむかむごはん あじのたつたあげ こまつなのみそしる		ぎゅうにゅう とりにく だいず ひじき あじ わかめ みそ	こめ むぎ さとう アーモンド でんぶん あぶら じゃがいも	コーン しょうが たまねぎ にんじん こまつな	627	26.3	 くだもの
							21.6	2.5	
10	水	ロールパン だいずのチーズやき やさいスープ フルーツあえ		ぎゅうにゅう だいず ハム チーズ ぶたにく ベーコン	パン あぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん パセリ レタス キャベツ みかん パイナップル もも	634	25.5	 こざかな
							16.2	2.9	
11	木	ごはん なすとぶたにくのオイスター ソースいため うずらたまごのちゅうかスープ れいとうみかん		ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ うずらたまご	こめ さとうあぶらごま でんぶん	なす たまねぎ ピーマン にんにくしょうが こまつな ばんのうねぎ なら ながねぎ きくらげ えのきたけ みかん	629	23.8	 にゅう せいひん
							18.5	2.1	
12	金	★はやぶさ給食★ ほしのハンバーグカレーライス キャベツとコーンのソテー はやぶさゼリー		ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう ハンバーグ	こめ じゃがいも あぶら こむぎこ マーガリン ぶどうゼリー	にんじん たまねぎ にんにくしょうが アップルソース コーン グリーンピース キャベツ	677	21.9	 きのこ
							21.8	2.4	
15	月	ぶたにくとこんぶのたきこみごはん きすのからあげ なめこじる パレンシアオレンジ		ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ きす とうふ みそ	こめ むぎ しらたき あぶら こむぎこ でんぶん	しょうが なめこ ながねぎ こまつな パレンシアオレンジ	609	25.4	 まめ・だいず せいひん
							18.7	2.7	
16	火	くろパン しいらのこめこあげ もやしのカレーソテー とうもろこしのスープ		ぎゅうにゅう しいら ぶたにく とりにく たまご	パン こめこ あぶら さとう でんぶん	パセリ しょうが レモン もやし キャベツ コーン にんじん たまねぎ	612	32.9	 しゅじつ
							21.3	2.7	
17	水	しせんでうふどん ごもくスープ かたぬきチーズ		ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ とりにく チーズ	こめ あぶら さとう でんぶん はるさめ	たまねぎ にんじん もやし しょうがにんにく ちんげんさい こまつな たけのこしいたけ	628	26.2	 くだもの
							17.2	2.2	