



給食だより

6月



2024年

別府市学校給食センター (C)

はし	日曜	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱やかになる	体の調子を ととのえる	エネルギー (kcal) 小学生	エネルギー (kcal) 中学生
	3月	コッペパン		とり鶏ささみのピザソース焼き コンソメスープ オレンジ	牛乳, ささ身, ベーコン, チーズ	コッペパン, じゃがいも	玉葱, 青ピーマン, にんじん, コーン, パセリ, オレンジ	547kcal	661kcal
	4火	<div style="border: 1px solid purple; padding: 10px; display: inline-block;"> 市総体 </div>							
	5水								
★	6木	ごはん		照り焼きつくね チンゲン菜のスープ もやしのナムル	牛乳, 鶏ひき肉, 豆腐, 干ひじき, 豚肉	米, ごま, 三温糖, かたくり粉, ごま油	れんこん, チンゲンサイ, にんじん, 玉葱, もやし, きゅうり	549kcal	670kcal
★	7金	わかめごはん		厚揚げの中華煮 春雨サラダ	牛乳, わかめ, 豚肉, 焼き竹輪, ささみ, 厚揚げ	米, 油, ごま油, かたくり粉, はるさめ, 三温糖, ごま	たけのこ, 玉葱, にんじん, キャベツ, 乾しいたけ, えだまめ, きゅうり	580kcal	711kcal
	10月	黒砂糖パン		カップコロッケ コーンスープ ブロッコリーのサラダ	牛乳, 牛ひき肉, 豚肉, ベーコン	黒砂糖パン, じゃがいも, 油, パン粉	にんじん, 玉葱, コーン, パセリ, ブロッコリー, きゅうり	639kcal	816kcal
★	11火	ごはん		鶏肉の塩こうじ焼き 豚肉とタケノコのスープ かみかみ和え	牛乳, 鶏肉, 豚肉, ささいか, 塩昆布	米, 緑豆はるさめ, 三温糖	たけのこ, にんじん, 乾しいたけ, いら, 切干大根, きゅうり, もやし	539kcal	655kcal
	12水	ごはん		ポークカレー 福神和え 青うめゼリー	牛乳, 豚肉, チーズ	米, 油, じゃがいも, 三温糖, ごま油, 青うめゼリー	にんじん, 玉葱, えだまめ, きゅうり	603kcal	732kcal
★	13木	ごはん		とり天 豆腐のみそ汁 ブロッコリーのおかか和え	牛乳, 鶏肉, たまご, 豆腐, 油揚げ, わかめ, みそ, かつおぶし	米, 薄力粉, 油	だいこん, にんじん, ねぎ, ブロッコリー	613kcal	749kcal
	14金	コッペパン		マカロニのクリーム煮 海のめくみサラダ	牛乳, ウィンナー, 鶏肉, 干ひじき, ツナ, チーズ	コッペパン, 油, ごま, 三温糖, ごま油, マカロニ	玉葱, にんじん, こまつな, キャベツ, コーン, かぼす果汁	541kcal	680kcal
★	17月	ごはん		インド風煮 ちりめんそばろ アセロラゼリー	牛乳, 豚肉, 粉チーズ, 鶏ひき肉, 大豆粒, みそ, ちりめん, 厚揚げ	米, 油, じゃがいも, 三温糖, ごま, ごま油, アセロラゼリー	玉葱, にんじん, さやいんげん	601kcal	727kcal
	18火	コッペパン		デミグラスハンバーグ 野菜スープ 花野菜サラダ	牛乳, 豚肉, 牛肉, 豆腐, ベーコン	コッペパン, マヨネーズ, パン粉, 三温糖	玉葱, キャベツ, にんじん, パセリ, ブロッコリー, カリフラワー	602kcal	764kcal
★	19水	ごはん		いわしの蒲焼き じゃがいものみそ汁 海藻サラダ	牛乳, いわし, 豆腐, 油揚げ, みそ, わかめ	米, 油, 三温糖, ごま, じゃがいも	にんじん, しめじ, ねぎ, きゅうり, コーン	641kcal	751kcal
★	20木	ごはん		ホイコーロー わかめと卵のスープ	牛乳, 豚肉, わかめ, たまご, 厚揚げ	米, ごま油, 三温糖, かたくり粉	キャベツ, 玉葱, にんじん, 青ピーマン, えのきたけ, ねぎ	528kcal	645kcal
	21金	ミルクパン		豚肉と大豆のトマト煮 フルーツヨーグルト和え	牛乳, 豚肉, 大豆, ヨーグルト	ミルクパン, じゃがいも, 油, 三温糖	玉葱, にんじん, えだまめ, トマト缶, みかん缶, りんご缶, もも缶, パイン缶	596kcal	760kcal
	24月	コッペパン		ポークチャップ ジュリアンヌスープ 黒豆きな粉クリーム	牛乳, 豚肉, ベーコン	コッペパン, 油, 三温糖, 黒豆きな粉クリーム	玉葱, にんじん, キャベツ, パセリ	518kcal	656kcal
★	25火	ごはん		かぼす風味の生姜焼き 春雨スープ	牛乳, 豚肉, かまぼこ	米, 油, 三温糖, かたくり粉, 緑豆はるさめ, ごま, ごま油	玉葱, キャベツ, かぼす果汁, にんじん, えのきたけ, ねぎ	549kcal	668kcal
	26水	コッペパン		ブラウンシチュー ごぼうサラダ	牛乳, 豚肉, ささみ	コッペパン, 油, じゃがいも, 三温糖, マヨネーズ, ごま	にんじん, 玉葱, えだまめ, しめじ, ごぼう, きゅうり, トマトピューレ	579kcal	730kcal
★	27木	ごはん		さばのみそ煮 もずくスープ 小松菜のごま酢和え	牛乳, さば, みそ, もずく, 木綿豆腐	米, 三温糖, かたくり粉, ごま	にんじん, ねぎ, こまつな, もやし	579kcal	696kcal
★	28金	ごはん		鶏肉のごまみそ焼き 豆腐のすまし汁 キャベツのゆかり和え	牛乳, 鶏肉, みそ, かまぼこ, 豆腐	米, 三温糖, マヨネーズ, ごま	えのきたけ, にんじん, 白ねぎ, キャベツ	525kcal	639kcal

〔注〕都合により献立を変更する場合があります。★の日はおはしを持ってきて下さい。

