

# 令和8年 6月 こんだてひょう

今月の目標： よくかんで食べよう

東部C学校給食共同調理場(打出中、栗津中、北大路中、石山中、南郷中、田上中、青山中、瀬田中、瀬田北中)

大津市教育委員会

日	曜	献立名	主 材				エネルギーたんぱく質脂質
			(黄) おもにエネルギーのもとになる	(赤) おもに体をつくる	(緑) おもに体の調子を整える	その他	
1	月	コッペパン <sup>ぎゅうにゅう</sup> 牛乳 <sup>やさい</sup> 野菜のスープ <sup>にこ</sup> 煮込み フランクフルトケチャップソース コーンポテト	コッペパン じゃがいも	牛乳 フランクフルト 鶏肉	とうもろこし だいこん たまねぎ にんじん キャベツ エリンギ パセリ	粒入りマスタート ケチャップ 塩 こしょう コンソメ	705kcal 30.9g 25.1g
2	火	おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 だいず <sup>しおこんぶ</sup> 大豆とごぼうのたれがらめ こまつなの塩昆布あえ <sup>さわにわん</sup> 沢煮碗	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖	牛乳 大豆 塩昆布 豚肉	ごぼう こまつな だいこん キャベツ たまねぎ にんじん 糸みつば 乾しいたけ	しょうゆ みりん 塩 出し昆布 削り節	698kcal 24.7g 22.0g
3	水	おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 ぶたにく <sup>や</sup> 豚肉のマーマレード焼き コールスローサラダ きのこのブラウンシチュー	麦ごはん マーマレード なたね油 フレンチドレッシング じゃがいも ハヤシルウ	牛乳 豚肉 鶏肉	キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん エリンギ ぶなしめじ	酒 塩 しょうゆ ケチャップ ウスターソース こしょう	790kcal 32.3g 25.1g
4	木	【郷土料理・特産物：佐賀県】 おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 <sup>ゼリー</sup> (みかん) い <sup>いそべあ</sup> かの磯辺揚げ のっぺい汁	麦ごはん でん粉 なたね油 じゃがいも ゼリー (みかん)	牛乳 むらさきいか あおのり 厚揚げ	たまねぎ こんにゃく 青ねぎ	酒 しょうゆ 塩 出し昆布 削り節	751kcal 27.3g 18.6g
5	金	おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 わかさぎのかりん揚げ はるさめ <sup>あ</sup> サラダ マーボー豆腐	麦ごはん でん粉 なたね油 はるさめ 三温糖	牛乳 わかさぎ 豆腐 豚ひき肉 みそ	しょうが <sup>キャベツ</sup> とうもろこし たまねぎ にんじん 乾しいたけ 青ねぎ にんにく	酒 しょうゆ 塩 米酢 トウバンジャン 中華スープ	771kcal 27.6g 22.4g
8	月	コッペパン・メープルジャム <sup>ぎゅうにゅう</sup> 牛乳 チキンナゲット☆ ミネストローネ ほうれんそうとツナのソテー	コッペパン メープルジャム なたね油 米粉マカロニ 三温糖	牛乳 チキンナゲット まぐろ・油漬 フレーク 豚肉	ほうれんそう キャベツ たまねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	コンソメ 塩 こしょう トマトピュー レー ケチャップ	793kcal 31.2g 28.2g
9	火	【外国料理・アメリカ】 おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 ロコモコ <sup>ふう</sup> 風ポークハンバーグ* いろど <sup>やさい</sup> 野菜サラダ チキン <sup>はるさめ</sup> ロングライス (春雨のスープ) *	麦ごはん なたね油 三温糖 柑橘ドレッシング はるさめ じゃがいも	牛乳 ポークハン バーグ 鶏肉	たまねぎ キャベツ カラーピーマン とうもろこし にんじん にんにく しょうが 青ねぎ	赤ワイン ウスターソース ケチャップ こしょう しょうゆ 中華スープ 塩	747kcal 26.8g 19.4g
10	水	おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 あか <sup>しおや</sup> はくさいの赤しそあえ 鶏団子汁	麦ごはん なたね油 じゃがいも	牛乳 さば チキンボール	はくさい <sup>キャベツ</sup> 赤しそ たまねぎ にんじん 青ねぎ	酒 しょうゆ 塩 みりん 出し昆布 削り節	723kcal 33.4g 24.6g
11	木	おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 あつあ <sup>こうみ</sup> 厚揚げの香味だれ* とり <sup>やさい</sup> 鶏肉と野菜の煮物 ほうれんそうのごまあえ	麦ごはん なたね油 三温糖 すりごま じゃがいも	牛乳 厚揚げ 鶏肉	白ねぎ しょうが ほうれんそう はくさい たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さやいんげん	しょうゆ 米酢 みりん 削り節	725kcal 26.2g 18.5g
12	金	【かみかみデー】 おおつさんむぎ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 大津産麦ごはん 牛乳 あじ <sup>たつたあ</sup> の竜田揚げ けんちん汁 きりほ <sup>いた</sup> 切干しだいのキムチ炒め	麦ごはん でん粉 なたね油	のむヨーグル ト(B) あじ 豚肉 鶏肉 豆腐 油揚げ	しょうが 切干しだいこん キムチ (はくさい) ピーマン にんじん ごぼう こんにゃく 青ねぎ	酒 しょうゆ 中華スープ 塩 出し昆布 削り節	745kcal 35.7g 18.8g
15	月	おうみ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 近江うどん 牛乳 <sup>だいがく</sup> 大学かぼちゃ だいこん <sup>やさい</sup> サラダ わふう <sup>じり</sup> 和風カレー汁	近江うどん 上新粉 なたね油 三温糖 和風ドレッシング カレールウ	牛乳 豚肉 油揚げ	かぼちゃ だいこん こまつな たまねぎ 青ねぎ	みりん しょうゆ カレー粉 塩 こしょう 削り節	707kcal 22.4g 28.8g

☆ 8日(月) チキンナゲット 中学生は3個です。

日	曜	献立名	主 材				エネルギーたんぱく質脂質
			(黄) おもにエネルギーのもとになる	(赤) おもに体をつくる	(緑) おもに体の調子を整える	その他	
16	火	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 ちくわの <sup>こめこてん</sup> 米粉天ぷら☆ ナムル とりにく、やさい、ちゅうかふうに 鶏肉と野菜の中華風煮	麦ごはん 上新粉 なたね油 ごま油 三温糖  でん粉	牛乳 焼き竹輪 鶏肉	チンゲンサイ だいこん にんにく  はくさい たまねぎ  にんじん たけのこ	しょうゆ 中華スープ	784kcal 27.7g 26.0g
17	水	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 ふたにく や とり 豚肉のガーリック焼き 鶏のすき焼き 魚煮 こまつなのおひたし	麦ごはん なたね油 三温糖	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐	にんにく  こまつな だいこん たまねぎ  はくさい 赤こんにやく 青ねぎ	酒 しょうゆ みりん 削り節	700kcal 36.9g 18.0g
18	木	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳  ごぼうサラダ ふたにく や 豚肉のしょうが焼き  ゆばのすまし汁	麦ごはん マヨネーズ	牛乳 豚肉 生ゆば 豆腐	しょうが  たまねぎ ごぼう  さやいんげん だいこん  にんじん えのきたけ  青ねぎ	酒  しょうゆ 塩  こしょう 出し昆布 削り節	709kcal 30.9g 22.8g
19	金	【 <sup>しが</sup> 滋賀の <sup>さんぶつ</sup> 産物を <sup>た</sup> 食べようデー】 おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳  もろこのから揚げ あか 赤こんにやくとじゃがいものうま煮 う まめじる 打ち豆汁	麦ごはん でん粉 なたね油 じゃがいも 三温糖	牛乳 もろこ 豚ひき肉 打ち豆(大豆) 油揚げ みそ	赤こんにやく たまねぎ だいこん にんじん 青ねぎ	酒  しょうゆ みりん 削り節 煮干し	756kcal 27.6g 23.8g
22	月	こくとう ぎゅうにゅう  ふたにく や 黒糖パン 牛乳 豚肉のマスタード焼き はくさいサラダ オニオンスープ	黒糖パン なたね油 コーンドレッシング	牛乳 豚肉 鶏肉	にんにく  はくさい きゅうり  たまねぎ とうもろこし にんじん  パセリ	酒  しょうゆ 粒入りマスタード 塩  コンソメ こしょう	729kcal 35.3g 25.6g
23	火	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 あかうお あ 赤魚のから揚げ  ふたにく 豚肉とたまねぎの炒め物 ちゃんこ鍋風	麦ごはん でん粉 なたね油 はるさめ	牛乳 赤魚 豚肉 チキンボール 豆腐	たまねぎ  ピーマン えのきたけ はくさい にんじん  白ねぎ	酒  しょうゆ 塩  こしょう みりん 削り節 出し昆布	784kcal 32.0g 24.6g
24	水	【おおすすめカレー・ <sup>のこ</sup> 残さず <sup>た</sup> 食べようデー】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん のむヨーグルト(A) あ  とりだんご 揚げ鶏団子 ブロッコリーのサラダ・マヨネーズ おごしょうがっこう 雄琴小学校おおすすめカレー	麦ごはん なたね油 マヨネーズ カレールウ	のむヨーグルト(A) チキンボール 牛肉(近江牛) 牛肉	ブロッコリー キャベツ たまねぎ なす ズッキーニ 赤こんにやく トマト	ウスターソース ケチャップ カレー粉 こしょう 塩	844kcal 26.7g 29.6g
25	木	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 む 蒸しポークしゅうまい☆ トック入りスープ チンゲンサイのオイスターソース炒め	麦ごはん なたね油 三温糖 トック じゃがいも	牛乳  鶏肉 ポークしゅう まい まぐろ・油漬 フレーク	チンゲンサイ たまねぎ エリンギ はくさい にんじん	しょうゆ オイスター ソース こしょう  塩 中華スープ	758kcal 30.7g 17.7g
26	金	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳  ますの照り焼き ふたにく ゼリー  あおうめ 豚汁 ゼリー(青梅)	麦ごはん 三温糖 なたね油  でん粉 じゃがいも ゼリー(青梅)	牛乳 ます 豚肉 油揚げ  みそ	たまねぎ にんじん 青ねぎ	酒  塩 みりん しょうゆ 煮干し	725kcal 33.9g 18.9g
29	月	こくとう ぎゅうにゅう コッペパン 牛乳  キャベツのレモン和え たらのフライ パンプキンポターージュ*	コッペパン でん粉 なたね油 三温糖 ホワイトルウ	牛乳 たら	キャベツ  だいこん にんじん  レモン果汁 かぼちゃ  たまねぎ とうもろこし	酒  塩 こしょう しょうゆ 米酢  コンソメ	803kcal 32.9g 26.4g
30	火	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 さわらの <sup>ゆうあんや</sup> 幽庵焼き ふたにく 厚揚げのみそ煮	麦ごはん なたね油 三温糖 じゃがいも	牛乳 さわら 豚ひき肉 鶏肉 厚揚げ  みそ	ゆず果汁  えだまめ 糸こんにやく  ごぼう さやいんげん にんじん  ぶなしめじ	酒  塩 みりん しょうゆ 削り節	772kcal 38.4g 21.5g

☆ 16日(火) ちくわの米粉天ぷら 中学生は2個です。

☆ 25日(木) 蒸しポークしゅうまい 中学生は4個です。

※ 材料等の都合で献立を変更することがありますのでご了承ください。

\*は、新しい料理などです。お楽しみに・・・

★こんだてから

19日 「もろこのから揚げ」に使用されるもろこは、魚卵を含みます。また、同一工場内で、卵・乳・小麦・大豆を使用していますが、ライン洗浄等のコンタミネーション防止対策を行っています。漁獲の際に、えびとかに一緒に水揚げされます。

24日 雄琴小学校おおすすめカレーは、なす、ズッキーニ、トマトなどの夏野菜を多く入れ、夏の暑さに負けないようにという思いを込めて考えられました。また、野菜嫌いの人も食べられるように、近江牛が入っています。

学校給食費について

- 中学校給食費は、1月あたり 290円/日×給食日数です。  
□ 座振替日は毎月28日です。(28日が土日祝の場合は金融機関の翌営業日となります。)
- 学校給食費の未納がある場合、学校給食課 (TEL528-2636) にご連絡ください。納付書を郵送します。

大津市学校給食課のInstagramでは、給食の献立を投稿しています。こちらをチェック →

