



令和6年6月 中学校給食盛りつけ一覧表



明野高校の生徒が
給食の献立を考えてくれました

★の料理

10日(月) シャキシヤキマヨサラダ

14日(金) もぐもぐ! チキンのルーロー飯

20日(木) 中華風☆ひじたまそぼろあんかけごはん

肥満予防

消化・吸収をよくする



虫歯を防ぐ

脳を活発に



記憶力アップ!



3日(月)

牛乳

蒸し野菜
豚肉の伊勢茶煮

麦ごはん 味噌汁

4日(火)

牛乳

コーンサラダ

コッペパン チリコンカン

スプーン

5日(水)

牛乳

おひたし
鯖のピリ辛焼き

麦ごはん 茎わかめとごぼうのきんぴら

6日(木)

牛乳

蒸しキャベツ
鶏肉の梅風味揚げ2切れ

麦ごはん けんちん汁

7日(金)

牛乳

冷凍ぶどうゼリー

豚肉ビビンバ ワンタンスープ

スプーン

10日(月)

牛乳

★シャキシヤキマヨサラダ

手作りふりかけ 高野豆腐の卵とじ

麦ごはん

11日(火)

牛乳

蒸しキャベツ
和風チキン2切れ

食パン じゃが芋のミルクスープ

スプーン

12日(水)

牛乳

鯖のカレーマヨパン粉焼き

麦ごはん ごまキムチ汁

13日(木)

牛乳

おひたし

麦ごはん 肉じゃが

14日(金)

牛乳

冷凍ヨーグルト

★もぐもぐ! チキンのルーロー飯

豆腐とわかめのスープ

スプーン

17日(月)

牛乳

冷奴
しょうゆだれ

こんじゃふりかけ 鶏肉と野菜の味噌炒め

麦ごはん

18日(火)

牛乳

コールスローサラダ

米粉入りパン ポークシチュー

スプーン

19日(水)

牛乳

蒸し野菜
しいらのねぎソースかけ

麦ごはん じゃが芋とわかめの味噌汁

20日(木)

牛乳

冷凍りんごゼリー

★中華風☆ひじたまそぼろあんかけごはん

もやしスープ

スプーン

21日(金)

牛乳

切干大根のごま和え

麦ごはん 鶏ちゃん

24日(月)

牛乳

スタミナ炒め丼 豆腐と冬瓜の汁物

25日(火)

牛乳

ミニトマト
鶏肉のバーベキューソースかけ

コッペパン 野菜のスープ煮

いちごジャム

スプーン

26日(水)

牛乳

ピーンのごまソースサラダ

麦ごはん 夏野菜のマーボー豆腐

27日(木)

牛乳

カクテルポンチ

福神漬 手作りチキンカレー

麦ごはん

スプーン

28日(金)

牛乳

蒸しキャベツ
鯉のごま酢和え

わかめごはん 沢煮わん

食器太い線 = 大わん (ピンク)

細い線 = 小わん (ブルー)

点線 = 浅い皿 (パン皿)

二重線 = 大皿 (カレー皿)

長い点線 = 深皿 (グリーン)

スプーン はし =

食器は、よく確かめて盛りつけましょう