



6月の献立表



令和7年6月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
	2日 624kcal	3日 622kcal	4日 616kcal	5日 612kcal	6日 517kcal
献立	・麻婆豆腐丼・牛乳 ・ジャンボ餃子 ・中華スープ ・ミルク寒天みかん入り 横浜港開校記念日 世界の料理 中国	・フレンチトースト・牛乳 ・鶏手羽元のすっばいす煮 ・コーンサラダ ・キャロットポタージュ・バナナ	・ひじきごはん・牛乳 ・ししゃものりごま揚げ ・肉じゃが煮・生揚げとにんじんのみそ汁 ・河内晩柑 歯と口の健康週間	・カレー南蛮うどん ・牛乳・厚焼き玉子 ・変わりきんぴら ・白玉フルーツポンチ	・とうもろこしごはん・牛乳 ・ほっけの塩焼き ・じゃがバターポテト・道産子汁 ・清見オレンジ 郷土料理 北海道
食赤	牛乳 ぶた肉 みそ とうふ とり肉 粉寒天 豆乳 練乳 生クリーム	牛乳 たまご 豆乳 生クリーム とり肉 糸こんにふ ペーコン 粉チーズ	牛乳 ひじき 生揚げ ししゃも 青のり ぶた肉 ちくわ 煮干し粉 みそ	牛乳 ぶた肉 粉かつお ぶた肉 たまご さつま揚げ	牛乳 ほっけ 粉カツオ 豆乳 糸こんにふ みそ
食黄	米 むぎ ごま油 三温糖 でんぶん ぎょうざの皮 春雨	パン マーガリン 三温糖 油 バター 米粉	米 むぎ 三温糖 ごま 小麦粉 油 じゃが芋 でん粉	うどん 油 三温糖 でんぶん こんにやく じゃが芋 ごま 白玉団子	米 ごま 油 じゃが芋 バター ごま
品緑	にんにく しょうが しいたけ にんじん 玉ねぎ グリンピース パセリ キャベツ ねぎ えのき なら もやし 小松菜 みかん	しょうが ねぎ キャベツ もやし にんじん 小松菜 コーン 玉ねぎ パセリ バナナ	しいたけ にんじん 玉ねぎ 大根 ねぎ かわちばかん	にんじん もやし ねぎ 葉ねぎ しいたけ ごぼう さやいんげん みかん パイン バナナ りんご	コーン にんじん アスパラガス 玉ねぎ パセリ 清見オレンジ
	9日 669kcal	10日 669kcal	11日 548kcal	12日 639kcal	13日 547kcal
献立	・カレーピラフ・牛乳 ・牛乳・アジフライ ・コールスローサラダ ・おまめなポタージュ 2年生がそら豆のさやむき体験します。	・スパゲティーシシリア風 ・牛乳 ・揚げ大豆のサラダ ・四角いホットケーキ 時の記念日	・ごはん・梅ちりめんふりかけ ・牛乳・和風ハンバーグ ・にらもやし炒め ・豆まめみそ汁・清見オレンジ 入梅	・照り焼きフィッシュバーガー ・牛乳・コーンシチュー ・ツナサラダ ・バナナ	・ごはん・シラス小松菜ふりかけ ・牛乳・さけの塩焼き ・小松菜のごま和え ・茎わかめのかきたま汁・小玉スイカ 一汁三菜の日
食赤	牛乳 ペーコン ぶた肉 えび あじ 豆乳 生クリーム	牛乳 ペーコン ぶた肉 いか えび 粉チーズ 大豆 たまご ちりめんじゃこ	牛乳 しらす干し ぶた肉 とうふ 油揚げ わかめ みそ 豆乳 煮干し粉	牛乳 ザメ ペーコン とり肉 大豆 豆乳 粉チーズ ツナ	牛乳 しらす干し おかか さけ 油揚げ 茎わかめ たまご
食黄	米 むぎ オリーブ油 小麦粉 パン粉 マヨネーズ（卵無） マッシュポテト 三温糖 米粉 バター	パン マヨネーズ（卵無） オリーブ油 パン粉 三温糖 でんぶん バター 小麦粉 粉砂糖	米 むぎ ごま 油 米粉 三温糖 でんぶん じゃが芋	パン でんぶん 油 三温糖 マヨネーズ（卵無） じゃが芋 バター 米粉	米 むぎ ごま 油 さとう じゃが芋 でんぶん
品緑	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム グリンピース キャベツ コーン みかん きゅうり そら豆	小松菜 しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ トマト グリンピース マッシュルーム キャベツ きゅうり もやし	カリカリ梅 玉ねぎ しいたけ れんこん 大根 えのき しその葉 にんにく もやし なら にんじん キャベツ 小松菜 ねぎ 清見オレンジ	しょうが キャベツ パプリカ にんじん コーン アスパラガス もやし きゅうり バナナ	小松菜 にんじん もやし 玉ねぎ えのき 小玉スイカ
	16日 568kcal	17日 611kcal	18日 648kcal	19日 597kcal	20日 587kcal
献立	・じゃこわかめごはん・牛乳 ・ぶた肉のしょうが炒め ・小松菜サラダ ・けんちん汁・アンデスメロン 15日しょうがの日	・ツナコーントースト ・牛乳・ボークビーンズ ・フィッシュサラダ ・バナナ	・スタミナ丼・牛乳 ・めひかりのカレーゴマ揚げ ・生揚げのそぼろに ・キャベツえのきのみそ汁	・サケとたまごのごはん ・牛乳 ・レバーのゴマがらめ ・豚汁・デコボン	・たこめし・牛乳 ・焼き生揚げの肉みそかけ ・大豆の磯煮 ・いなか汁・美生柑 21日夏至の行事食
食赤	牛乳 わかめ ちりめんじゃこ ぶた肉 ツナ 生揚げ	牛乳 ツナ ピザチーズ ペーコン ぶた肉 大豆 メルルーサ	牛乳 ぶた肉 みそ めひかり 生揚げ 煮干し粉 生揚げ わかめ	牛乳 塩こんにふ さけ たまご 高野豆腐 レバー 煮干し粉	牛乳 油揚げ たこ 生揚げ とり肉 みそ 大豆 ひじき 煮干し粉 とうふ
食黄	米 むぎ 油 ごま 三温糖 里芋 こんにやく	パン マヨネーズ（卵無） 小麦粉 油 じゃが芋 マーガリン 三温糖 でんぶん ごま	米 むぎ 油 三温糖 ごま 小麦粉 さとう	米 むぎ ごま 油 三温糖 じゃが芋 でんぶん こんにやく	米 むぎ 油 三温糖 でんぶん こんにやく じゃが芋
品緑	にんにく しょうが にんじん エリンギ もやし なら キャベツ 小松菜 玉ねぎ レモン 大根 ごぼう しいたけ ねぎ アンデスメロン	パセリ 玉ねぎ コーン にんじん なら しいたけ しめじ キャベツ えのき	にんにく しょうが 玉ねぎ もやし にんじん なら しいたけ しめじ キャベツ えのき	小松菜 にんにく しょうが ごぼう にんじん だいこん ねぎ デコボン	しょうが しいたけ にんじん 三つ葉 ねぎ さやえんどう ごぼう 大根 小松菜 みしょうかん
	23日 640kcal	24日 528kcal	25日 696kcal	26日 696kcal	27日 690kcal
献立	・ごはん・カルちゃんふりかけ ・牛乳・ラフティー ・ゴーヤチャンプルー ・もずく汁・パインアップル 沖縄慰霊の日	・のりじゃこチーズの和トースト ・牛乳・ちくわと昆布のチップス ・大根のおかかゴマサラダ ・青菜と卵のスープ・美生柑	・アスパラコーンピラフ・牛乳 ・魚のハーブ揚げ ・チリコンカン ・ポテトサラダ	・チャーハン・牛乳 ・手作りシューマイ ・春雨サラダ ・マイミータン	・冷やしおろしうどん・牛乳 ・ちくわのごまのり揚げ ・厚揚げの炊いたん ・水無月 郷土料理 京都府
食赤	牛乳 ちりめんじゃこ 塩昆布 おかか ぶた肉 とうふ たまご 粉カツオ もずく とり肉 なんと	牛乳 しらす干し のり ピザチーズ ちくわ こんにふ ハム わかめ おかか とり肉 たまご	牛乳 ペーコン あじ ぶた肉 白いんげん豆 ハム	牛乳 たまご 焼き豚 ハム とり肉	牛乳 わかめ 糸こんにふ とり肉 油揚げ ちくわ 青のり ぶた肉 生揚げ みそ きな粉
食黄	米 むぎ ごま 三温糖 黒砂糖 でんぶん 油 じゃが芋	パン オリーブ油 でんぶん 三温糖 ごま じゃが芋	米 むぎ オリーブ油 小麦粉 パン粉 じゃが芋 マーガリン マヨネーズ（卵無） さとう	米 むぎ ごま油 三温糖 ジャンボ餃子の皮 春雨	うどん 三温糖 ごま 小麦粉 油 こんにやく さとう 白玉粉 上新粉 くすでんぶん 小豆の甘納豆
品緑	しょうが ねぎ しいたけ ゴーヤ もやし えのき 小松菜 パインアップル	にんにく 葉ねぎ 大根 にんじん きゅうり キャベツ えのき 玉ねぎ 小松菜 美生柑	玉ねぎ マッシュルーム ニンジン アスパラガス コーン レモン パセリ きゅうり 小松菜	しょうが しいたけ たけのこ にんじん ねぎ グリンピース 玉ねぎ キャベツ もやし きゅうり コーン 小松菜	にんじん えのき 大根 しその葉 しょうが しいたけ たけのこ 葉ねぎ
	28日 土曜授業参観 534kcal	じめじめの梅雨の時期は、衛生に気をつけましょう			
献立	・星の王子さまのカレーライス ・牛乳 ・カリカリポテトサラダ ・フルーツヨーグルト	給食当番で使う白衣やマスク、手洗いに必要なハンカチは、いつもきれいなものを使っていますか？使ったまま放置しておく目に見えない細菌が繁殖してしまいます。この時期は、気温や湿度が上がリ、細菌も増えやすくなるので、いつも清潔なものを使うように心がけましょう。また、食事の前に消毒をした後、読書をするので本を触る、机のお道具箱を触るなどしていませんか？見えない菌が手指を通して、食事と一緒に体の中へ…そうならないように、消毒をした後は、ほかのものに触らないようにしましょう。			
食赤	牛乳 ぶた肉 大豆 ヨーグルト	～おうちの方へのお願い～			
食黄	米 むぎ 油 マーガリン 小麦粉 じゃが芋 さとう ごま	当番の白衣や帽子は、おうちで洗濯をし、乾かした後は簡単に結構ですのでアイロンをかけてください。アイロンは簡単に除菌ができる方法です。よろしくお願いします。			
品緑	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん コーン しめじ もやし グリンピース キャベツ きゅうり 黄桃 みかん パイン リンゴジャム				