



6月の献立表



令和8年6月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
	1日 626kcal	2日 594kcal	3日 2年生さやむき体験「そら豆」541kcal	4日 556kcal	5日 567kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> 和トースト（海苔じゃこチーズ） 牛乳・鶏手羽元のすっばいす煮 コーンサラダ キャロットポターージュ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> チャーハン・牛乳 レバニラ炒め 春雨スープ 杏仁豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> ひじきごはん・牛乳 そら豆えびいかかき揚げ 小松菜ともやしのごま和え かきたま汁（きのこ）・美生柑 	<ul style="list-style-type: none"> わかめとジャコのごはん 牛乳・豚肉のしょうが炒め 小松菜サラダ（ツナ） 臭たくさん汁・メロン 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・カルちゃんふりかけ 牛乳・きびなごのカレーから揚げ じゃが芋の変わりきんぴら 小松菜と厚揚げのみそ汁
食赤	牛乳 しらす干し チーズ のり とり肉 糸こんにゃく ベーコン 豆乳 粉チーズ 生クリーム	牛乳 たまご 焼き豚 レバー ぶた肉 粉かんでん 加糖練乳	牛乳 ひじき 油揚げ イカ えび たまご とうふ わかめ	牛乳 わかめ ちりめんじゃこ ぶた肉 ツナ 煮干し粉 とり肉 焼きちくわ みそ	牛乳 ちりめんじゃこ 塩昆布 おかか きびなご さつま揚げ ぶた肉 煮干し粉 生揚げ みそ
食黄	食パン オリーブ油 ごま 三温糖 油 さとう パター 米粉	米 むぎ ごま油 さとう 油 でんぷん じゃが芋 はるさめ	米 むぎ 三温糖 ごま 小麦粉 油 さとう でんぷん	米 むぎ ごま 油 さとう 三温糖 じゃが芋	米 むぎ ごま さとう 米粉 油 じゃが芋 つきこんにゃく 三温糖
食緑	にんにく 葉ねぎ しょうが ねぎ キャベツ にんじん きゅうり コーン 玉ねぎ パセリ バナナ	しょうが しいたけ だけのこ にんじん ねぎ グリンピース にんにく しめじ もやし 小松菜 パイン みかん 黄桃	しいたけ にんじん そらまめ 玉ねぎ 小松菜 もやし えのきたけ 根みつば しいたけ 美生柑	にんにく しょうが もやし にら にんじん キャベツ 小松菜 玉ねぎ レモン ごぼう 大根 葉ねぎ メロン	しょうが にんじん さやいんげん 小松菜 えのきたけ キャベツ ねぎ
	8日 557kcal	9日 644kcal	10日 644kcal	11日 624kcal	12日 623kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・ガバオライスの具 牛乳・スパイシーチキンサラダ 白菜と小松菜のスープ パインアップル 	<ul style="list-style-type: none"> 二色そぼろ丼・牛乳 いかの山賊焼き ニラぶた炒め じゃが芋と生揚げのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> スパゲティーシシリア風 牛乳 もやしとハムのスープ 四角いホットケーキ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・梅ちりめんふりかけ 牛乳・和風ハンバーグ こぶき芋・すりごまのみそ汁 小玉スイカ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・いわしのかば焼き 牛乳・野菜の即席漬け 大根ととうふのみそ汁 かぼちゃ団子のみたらし風味
食赤	牛乳 とり肉 大豆 ベーコン	牛乳 とり肉 たまご イカ ぶた肉 生揚げ みそ 煮干し粉	牛乳 ベーコン ぶた肉 いかに えび 粉チーズ ハム たまご	牛乳 しらす干し 塩昆布 ぶた肉 とうふ 青のり 煮干し粉 みそ	牛乳 いわし みそ わかめ 豆乳 とうふ
食黄	米 むぎ 油 さとう でんぷん	米 むぎ 油 三温糖 ごま 米粉 マヨネーズ（卵無） はちみつ ごま油 じゃが芋	スパゲティ オリーブ油 パン粉 三温糖 パター 小麦粉	米 むぎ 油 でんぷん さとう ごま パン粉 じゃが芋	米 むぎ 油 でんぷん さとう ごま 上新粉 白玉粉
食緑	にんにく にんじん 玉ねぎ だけのこ 赤パプリカ 黄パプリカ ビーマン しめじ エリンギ スッキーニ パセリ キャベツ きゅうり 小松菜 しいたけ はくさい パイン	しょうが 小松菜 にんにく もやし 玉ねぎ にんじん にら えのき ねぎ	小松菜 しょうが にんじん にんにく 玉ねぎ トマト マッシュルーム グリンピース もやし ねぎ	梅干し 玉ねぎ しいたけ れんこん 大根 えのき しその葉 にんじん 小松菜 葉ねぎ すいか	葉ねぎ きゅうり キャベツ にんじん しょうが 大根 えのき ねぎ かぼちゃ
	15日 629kcal	16日 584kcal	17日 608kcal	18日 629kcal	19日 599kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> クロックムッシュ・牛乳 ミックスチップス シーフードわかめサラダ コーンクリームスープ 	<ul style="list-style-type: none"> 小松菜のパペロンチーノ 牛乳・フィッシュサラダ レンズ豆のミネストローネ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん のりとあさりの佃煮 かぼちゃのコロッケ・野菜ソテー けんちん汁 甘夏みかん 	<ul style="list-style-type: none"> 包まないけど稲荷寿司 牛乳・五目卵焼き 大根とちくわの煮物 なるとと小松菜のすまし汁・メロン 	<ul style="list-style-type: none"> アスパラコーンピラフ・牛乳 ぶた肉の野菜巻き焼き 大根のおかか胡麻和え 卵スープ・美生柑
食赤	牛乳 ハム チーズ 大豆 青のり えび いかに わかめ ベーコン 豆乳 粉チーズ 生クリーム	牛乳 ベーコン しらす干し ぶた肉 メルルーサ レンズ豆	牛乳 のり あさり ふじき ぶた肉 豆乳 粉チーズ 生揚げ	牛乳 油揚げ とり肉 塩昆布 とうふ たまご ちくわ 糸昆布 なると	牛乳 ベーコン ぶた肉 ハム わかめ おかか とり肉 たまご
食黄	パン マーガリン でんぷん じゃが芋 さつま芋 油 三温糖 米粉 パター	スパゲティ オリーブ油 でんぷん ごま さとう じゃが芋	米 むぎ 油 三温糖 水あめ マッシュポテト 小麦粉 パン粉 ごま油 さといも こんにゃく	米 ごま 油 三温糖 じゃが芋 こんにゃく	米 むぎ オリーブ油 三温糖 でんぷん ごま じゃが芋
食緑	れんこん キャベツ きゅうり セロリ パセリ 玉ねぎ にんにく にんじん コーン	にんにく 玉ねぎ コーン しめじ 小松菜 キャベツ きゅうり にんじん トマト パナナ	しいたけ かぼちゃ にんじん 玉ねぎ しめじ キャベツ ビーマン 大根 ごぼう ねぎ 小松菜 甘夏みかん	かんぴょう にんじん しめじ しいたけ 三つ葉 だいこん 小松菜 ねぎ えのき メロン	にんじん 玉ねぎ アスパラガス コーン 小松菜 にんにく しょうが 葉ねぎ だいこん きゅうり キャベツ 美生柑
	22日 508kcal	23日 651kcal	24日 530kcal	25日 586kcal	26日 698kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> たこめし・牛乳 魚の磯辺揚げ ひじきの煮物 小松菜とじゃが芋のかきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・ゴーヤとじゃこの照り煮 牛乳・ラフティー 厚揚げと豚肉のみそ炒め もずくのかきたま汁・パインアップル 	<ul style="list-style-type: none"> 手作りフォカッチャ・牛乳 青のりポテト イタリアンサラダ キャベツとトマトのスープ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> とうもろこしごはん・牛乳 ホッケの塩焼き じゃがバター 道産子汁・すいか 	<ul style="list-style-type: none"> 照り焼きフィッシュバーガー 牛乳・クリームシチュー（さつま芋） フレンチサラダ 冷凍みかん
食赤	牛乳 油揚げ たこ めばる 青のり ひじき 大豆 とうふ わかめ たまご	牛乳 ちりめんじゃこ ぶた肉 生揚げ みそ とうふ とり肉 なると たまご	牛乳 青のり ハム	牛乳 ほっけ ぶた肉 とうふ 粉カツオ みそ	牛乳 さめ ベーコン とり肉 豆乳 生クリーム
食黄	米 むぎ 油 三温糖 じゃが芋	米 むぎ 油 でんぷん 三温糖 ごま 黒砂糖	小麦粉 オリーブ油 さとう じゃが芋	米 ごま じゃが芋 パター さといも こんにゃく	パン でんぷん 油 三温糖 マヨネーズ（卵無） さつま芋 米粉 パター
食緑	しょうが しいたけ にんじん 三つ葉 小松菜	ゴーヤ しょうが ねぎ しめじ ビーマン キャベツ にんじん しいたけ もやし 小松菜 パインアップル	キャベツ もやし きゅうり 黄パプリカ コーン 玉ねぎ にんじん トマト 小松菜 パナナ	コーン さやいんげん 玉ねぎ ごぼう パセリ だいこん ねぎ すいか	しょうが キャベツ 黄パプリカ 玉ねぎ にんじん コーン パセリ きゅうり みかん
	27日 土曜授業参観 624kcal	30日 692kcal	<p>じめじめの梅雨の時期は、衛生に気をつけましょう</p> <p>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とう目に見えない細菌が繁殖してしまいます。この時期は、気温や湿度が上がると、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。</p> <p>～おうちの方へのお願い～ 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。</p>		
献立	<ul style="list-style-type: none"> 星の王子さまのカレーライス 牛乳 小松菜と揚げ大豆のサラダ フルーツヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やしおろしうどん・牛乳 ししゃものごま揚げ 厚揚げの炊いたん 水無月 			
食赤	牛乳 ぶた肉 大豆 ヨーグルト	牛乳 油揚げ ししゃも ぶた肉 生揚げ みそ きな粉			
食黄	米 むぎ 油 マーガリン 小麦粉 でんぷん 三温糖 さとう	うどん 三温糖 ごま 小麦粉 油 こんにゃく さとう 白玉粉 上新粉 えずでんぷん 小豆の甘納豆			
食緑	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん コーン しめじ 小松菜 グリンピース キャベツ きゅうり 黄桃 みかん パイン バナナ	小松菜 にんじん えのき 大根 しその葉 しょうが しいたけ だけのこ 葉ねぎ			