No.535

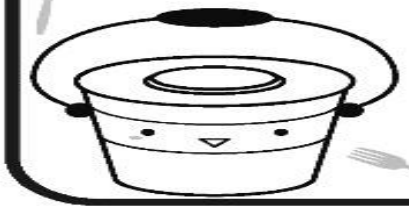
令和2年　6月8日～12日　学校給食予定献立表

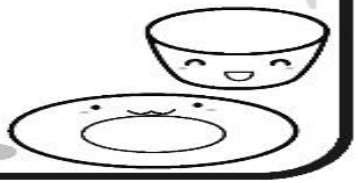
藤井寺市柏原市学校給食組合
教育委員会事務局
藤井寺市柏原市学校給食会

6月8日（月）	6月9日（火）	6月10日（水）	6月11日（木）	6月12日（金）
牛乳 1本　赤	牛乳 1本　赤	牛乳 1本　赤	牛乳 1本　赤	牛乳 1本　赤
コッペパン 1こ　黄	うずまきパン 1こ　黄	とうにゅうなかよしパン 1こ　黄	コッペパン 1こ　黄	とうにゅうなかよしパン 1こ　黄
いちごジャム 1ふくろ 黄・緑	メープルジャム 1ふくろ 黄	チョコクリーム 1ふくろ 黄	いちごジャム 1ふくろ 黄・緑	メープルジャム 1ふくろ 黄
みかんゼリー 1こ　黄・緑	こざかなくろまめ 1ふくろ 赤	すだちゼリー 1こ　黄・緑	まっちゃミルクデザート 1こ　黄	かしわもち 1こ　黄

★お知らせ★

・パンは個包装になります。
・個包装の間のパンの大きさについて、中学生は今まで通りですが、
　小学生はすべて高学年の大きさになります。





令和2年　6月15日～30日　学校給食予定献立表

No.536
藤井寺市柏原市学校給食組合
教育委員会事務局
藤井寺市柏原市学校給食会

月

⑮

ちゅうかどんぶり

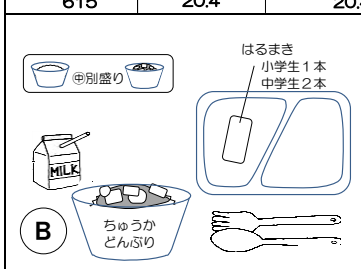
こめ	70	黄
ぶたにく	25	赤
はくさい	30	緑
チンゲンサイ	20	緑
にんじん	20	緑
ほししいたけ	0.5	緑
しょうが	0.13	緑
とんこつ	2	
しょうゆ	5	
でんぷん	3	黄
さけ	1.2	
ごまあぶら	0.3	黄
さとう	0.25	黄
しお	0.2	
こしょう	0.02	

はるまき

はるまき		
小学生	1本	赤・黄
中学生	2本	赤・黄
あぶら	3	黄

牛乳 1本 赤

エネルギーkcal	たんぱくしつg	ししつg
615	20.4	20.4



火

⑯

とうにゅうなかよしパン 1こ 黄

牛乳 1本 赤

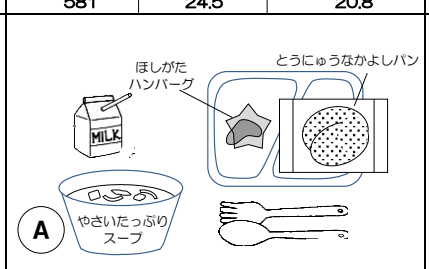
やさいたっぷりスープ

ウインナー	25	赤
キャベツ	30	緑
たまねぎ	20	緑
こまつな	10	緑
にんじん	10	緑
ホールコーン	10	緑
とんこつ	3	
しょうゆ	3.5	
ワイン	0.5	
しお	0.3	
こしょう、ゆでしお		
ローリエ、セロリ		

ほしがたハンバーグ

ポークチキンバーグ	1こ	赤
けずりぶし	0.2	
しょうゆ	1.7	
みりん	1	
さとう	0.8	黄
でんぷん	0.2	黄

581	24.5	20.8



水

⑰

ハッシュドポークライス

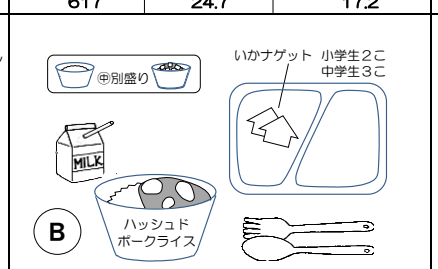
こめ	70	黄
ぶたにく	25	赤
じゃがいも	25	黄
たまねぎ	40	緑
にんじん	20	緑
グリンピース	5	緑
セロリ	2	緑
とんこつ	2	
ハヤシルウ(こめこ)	8	黄
ケチャップ	6	
トマトピューレ	4	緑
ウスターソース	3	
のうこうソース	1.5	
ワイン、しお、こしょう		
しょうゆ、ローリエ		

いかナゲット

いかナゲット		
小学生	2こ	赤・黄
中学生	3こ	赤・黄
あぶら	3	黄

牛乳 1本 赤

617	24.7	17.2



木

⑱

コッペパン 1こ 黄

牛乳 1本 赤

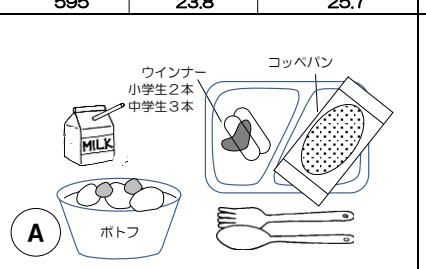
ポトフ

チキンボール	15	赤
じゃがいも	40	黄
たまねぎ	30	緑
にんじん	20	緑
けいこつ	2	
しょうゆ	3.5	
ワイン	0.5	
しお	0.1	
こしょう	0.02	
セロリ	0.2	緑
ローリエ		

ウインナー

オールポークウインナー		
小学生	2本	赤
中学生	3本	赤
ケチャップ	3	
ウスターソース	0.5	
のうこうソース	0.5	
さとう	0.3	黄
でんぷん	0.1	黄

595	23.8	25.7



金

⑲

マーボーどんぶり

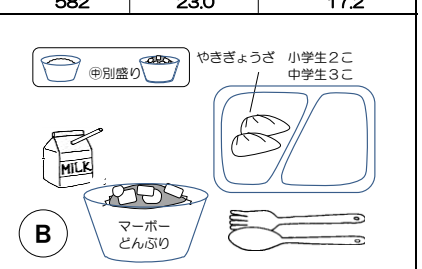
こめ	63	黄
おおむぎ	7	黄
とうふ	80	赤
ぶたにく	15	赤
たけのこ	10	緑
あおねぎ	5	緑
ほししいたけ	0.5	緑
しょうが	0.13	緑
にんにく	0.01	緑
とんこつ	2	
しょうゆ	4	
でんぷん	3	黄
あかみそ	2	赤
さけ、さとう		
テンメンジャン、ごまあぶら		
オイスターソース、しお		
チリパウダー、こしょう		

やきぎょうざ

ぎょうざ		
小学生	2こ	赤・黄
中学生	3こ	赤・黄

牛乳 1本 赤

582	23.0	17.2



㉒

ごはん

こめ	65	黄

さつまあげのみそしる

とうふ	30	赤
さつまあげ	5	赤
にんじん	10	緑
あおねぎ	5	緑
ごぼう	5	緑
けずりぶし	3.2	
しろみそ	7	赤
あかみそ	6	赤
さけ	0.5	
す	0.5	
しょうゆ		

ヒレカツ

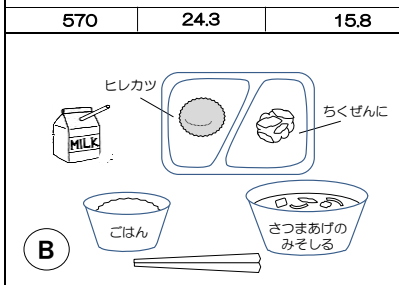
ぶたヒレカツ	1こ	赤・黄
あぶら	3	黄

ちくぜんに

とりにく	10	赤
ねじりこんにゃく	15	緑
たけのこ	10	緑
にんじん	10	緑
けずりぶし		
しょうゆ	2	
さとう	1	黄
みりん	1	
さけ、ゆでしお		

牛乳 1本 赤

570	24.3	15.8



㉓

こくとうコッペ 1こ 黄

牛乳 1本 赤

チキンのトマトにこみ

とりにく	20	赤
じゃがいも	35	黄
たまねぎ	30	緑
にんじん	20	緑
トマト(缶)	5	緑
けいこつ	2	
ケチャップ	10	
ウスターソース	3	
トマトピューレ	3	緑
のうこうソース	2	
しょうゆ	0.5	
しお	0.2	
こしょう	0.03	
ワイン、セロリ、ローリエ		

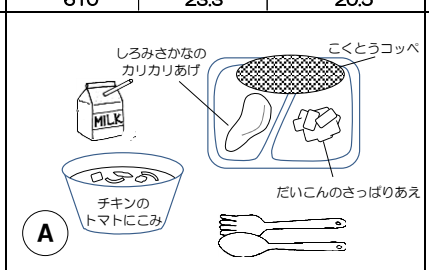
しろみさかなのカリカリあげ

しろみさかなのカリカリフライ		
	1こ	赤・黄
あぶら	3	黄

だいこんのさっぱりあえ

だいこん	25	緑
にんじん	5	緑
す	2.2	
さとう	1.2	黄
しょうゆ	1.2	
ゆでしお		

610	23.3	20.5



㉔

ごはん

こめ	65	黄

にこみうどん

とりにく	15	赤
あぶらあげ	5	赤
うどん	30	黄
はくさい	20	緑
にんじん	10	緑
あおねぎ	5	緑
しいたけ	5	緑
けずりぶし	3.2	
だしこんぶ	0.5	
しょうゆ	4	
みりん	1.2	
さけ	1	
しお	0.3	

かきあげ

さつまいものかきあげ		
	1こ	黄・緑
あぶら	3	黄

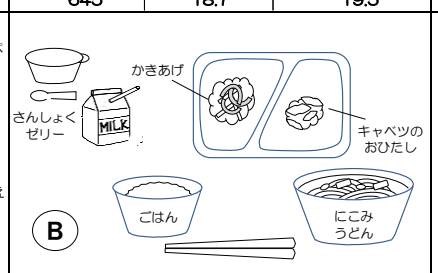
キャベツのおひたし

キャベツ	20	緑
チンゲンサイ	10	緑
にんじん	3	緑
けずりぶし、しょうゆ、みりん		

さんしょくゼリー 1こ 黄・緑

牛乳 1本 赤

645	18.7	19.5



㉕

とうもろこしごはん

こめ	45	黄
もちごめ	25	黄
とりにく	15	赤
ホールコーン	20	緑
にんじん	10	緑
えだまめ	5	緑
けずりぶし	3.2	
しょうゆ	5	
みりん	1.2	
さけ	0.7	
しお	0.2	
さとう	0.15	黄

さばのしおやき

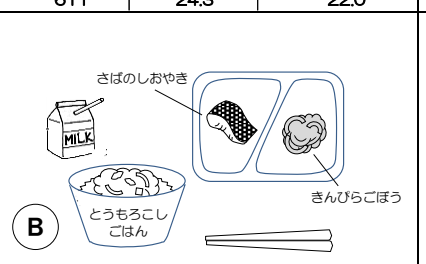
さば	1きれ	赤
しお	0.2	

きんぴらごぼう

ぎゅうにく	7	赤
しろごま	0.5	黄
ごぼう	10	緑
つきこんにゃく	10	緑
にんじん	7	緑
けずりぶし		
しょうゆ	1.3	
みりん	1.2	
さとう	0.8	黄
さけ、す、ごまあぶら		
チリパウダー、ゆでしお		

牛乳 1本 赤

611	24.3	22.0



㉖

チキンカレー

こめ	63	黄
おおむぎ	7	黄
とりにく	15	赤
じゃがいも	30	黄
たまねぎ	30	緑
にんじん	20	緑
けいこつ	2	
ウスターソース	6	
カレールウ	6	黄
ケチャップ	2	
チーズ	2	赤
のうこうソース	2	
ばいせんこむぎこ	2	黄
バター	2	黄
なまクリーム	1	黄
ワイン、カレーこ、しお		
こしょう、しょうゆ、ローリエ		

ミートオムレツ

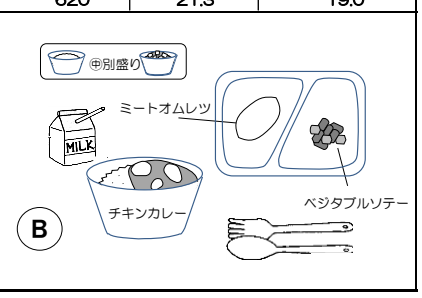
ミートオムレツ	1こ	赤

ベジタブルソテー

ホールコーン	15	緑
にんじん	8	緑
グリンピース	3	緑
しお、こしょう		

牛乳 1本 赤

620	21.3	19.0



㉙

ちゅうかどんぶり

こめ	70	黄
うずらたまご	20	赤
ぶたにく	15	赤
はくさい	30	緑
にんじん	20	緑
たけのこ	15	緑
チンゲンサイ	15	緑
ほししいたけ	0.5	緑
しょうが	0.13	緑
とんこつ	2	
しょうゆ	5	
でんぷん	3	黄
さけ	1	
ごまあぶら	0.3	黄
さとう	0.25	黄
しお、こしょう		

あげシューマイ

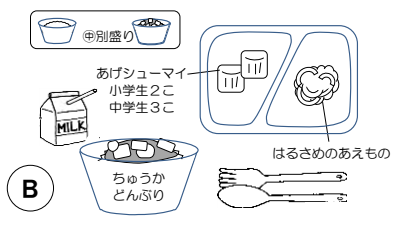
シューマイ		
小学生	2こ	赤・黄
中学生	3こ	赤・黄
あぶら	3	黄

はるさめのあえもの

はるさめ	3	黄
キャベツ	20	緑
にんじん	5	緑
す	2	
さとう	1.2	黄
しょうゆ	1.2	
ゆでしお		

牛乳 1本 赤

612	22.0	20.4



㉚

アップルコッペ 1こ 黄

牛乳 1本 赤

やさいたっぷりスープ

ウインナー	15	赤
キャベツ	20	緑
こまつな	10	緑
たまねぎ	10	緑
にんじん	10	緑
とんこつ	3	
しょうゆ	3.5	
ワイン	0.5	
しお	0.3	
こしょう	0.03	
ゆでしお		
セロリ	0.2	緑
ローリエ		

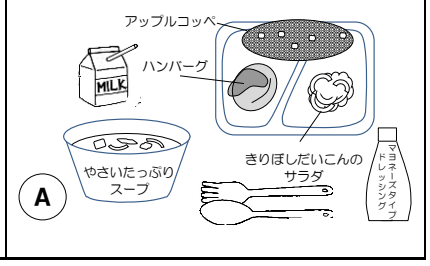
ハンバーグ

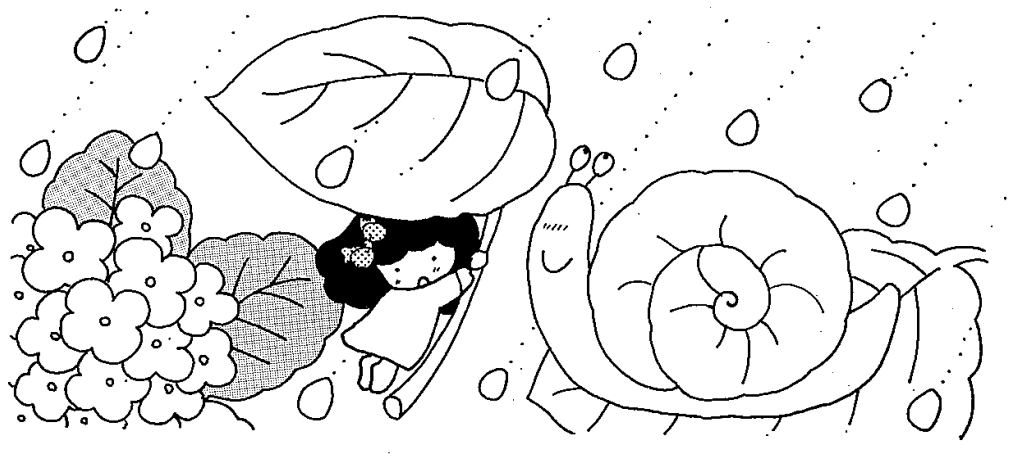
ポークチキンバーグ	1こ	赤
けずりぶし	0.2	
しょうゆ	1.7	
みりん	1	
さとう、でんぷん		

きりぼしだいこんのサラダ

しろごま	0.3	黄
きゅうり	10	緑
きりぼしだいこん	3	緑
にんじん	3	緑
けずりぶし		
しょうゆ	1	
さとう、ゆでしお		
卓上ﾏﾖﾈｰｽﾞﾀｲﾌﾟ ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	組1本	黄

643	23.6	25.8



☆　お知らせ　☆

・パンについて、16日と18日は個包装になります。
個包装の日のパンの大きさは、中学生は今まで通りですが、
小学生はすべて高学年の大きさになります。
23日からは通常通りになります。