

令和 6 年 6 月



# 学校給食予定献立表

鹿嶋市立学校給食センター

日付	献立名	献立内容						献立総量	献立総量
		献立内容		献立内容		献立内容			
		1日	2日	3日	4日	5日	6日		
3	牛乳 ごはん 野菜汁 さばの照り焼き きゅうりの冷やし中華 牛乳 コッパパン	あつあけ さば あまにく さくらめ	ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	ビタミン たんぱく	ごはん たんぱく	ごはん たんぱく	600 27.2	673 29.2
4	牛乳 コッパパン 焼きそば ポークシューマイ ピリ辛ポテト 牛乳 川魚チャーハン わんたんスープ	あまにく しょうゆ しょうゆ しょうゆ	ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	627 27.7	667 29.6
5	牛乳 川魚チャーハン わんたんスープ お好みフライ 牛乳 豚肉炒め ごぼうのクリームスープ オムレツ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	689 22.1	664 24.2
6	牛乳 川魚チャーハン わんたんスープ お好みフライ 牛乳 豚肉炒め ごぼうのクリームスープ オムレツ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	617 26.7	650 28
7	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	696 19.5	685 21.8
10	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	625 23.2	702 25.4
11	牛乳 コッパパン さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	688 27.5	618 29.4
12	牛乳 カレーピラフ とうもろこしのスープ カラフルサラダ 牛乳 コッパパン	あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	699 21.2	687 24.1
13	牛乳 コッパパン じゃがいものウィンナー煮 ひじきサラダ りんごツヤマ	あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	620 21.5	654 22.5
14	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	608 19.7	700 22.3
17	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	608 27.3	685 30
18	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	709 31.8	769 34.4
19	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	628 28	709 28.9
20	牛乳 コッパパン ポテトと野菜のスープ キーマカレー メロン	あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	655 30.9	703 33.8
21	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	675 27.9	763 29.9
24	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	618 21.2	714 24.1
25	牛乳 パーカーハウスパン ABCスープ お好みハンバーグ ゆでキャベツ	あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	681 25.8	569 26.4
26	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	638 25.4	738 29.1
27	牛乳 焼きたて さといものかき揚げ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ 豚肉のステーキ	あまにく あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	605 27.4	639 26.8
28	牛乳 わかめごはん お好みハンバーグ お好みハンバーグ お好みハンバーグ	あまにく あまにく あまにく あまにく	ごはん ごはん ごはん ごはん	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	たんぱく たんぱく	681 22.8	664 25.8

\*献立内容は、アレルギー対応により変更になることがあります。  
\*献立では、アレルギー対応の献立であり、アレルギー対応の献立を使用しています。

\*献立内容は、アレルギー対応により変更になることがあります。  
\*献立では、アレルギー対応の献立であり、アレルギー対応の献立を使用しています。

【献立について】  
●6月4日～10日の「献立の献立」に合わせて、「川魚チャーハン」「ごぼうクリームスープ」「じゃがいもの照り焼き」「コッパパン」「ひじきサラダ」などのカルシウムを多く含む献立や、よく噛んで食べる献立を使った献立を予定しています。



★献立内容：果・牛乳・たんぱく・たんぱく・じゃがいも・ピーマン  
★献立内容：とりこ・あまにく・さば・だいず・わかめ・ひじき・さくらめ・ひよこつる・ほうれんそう・しめじ・えのき