

令和7年
6月の予定献立表



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	24.4	18.1
	中学校	830	31.2	23.1

下地学校給食共同調理場

TEL：0980-76-2455

FAX：0980-76-2480

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。

家庭・学級においても毎日確認してください。

※材料・その他の都合により献立を変更することがあります。

※なまり節や魚は骨を取り除いていますが、一部残ってしまう場合があります。注意して食べましょう。

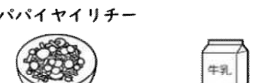
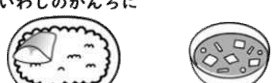
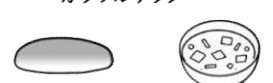
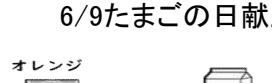
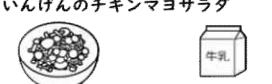
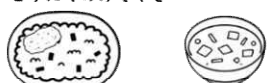
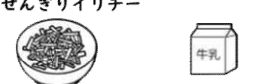
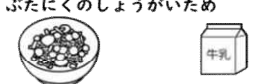
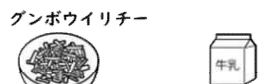
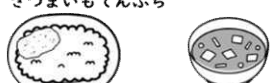
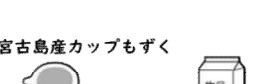
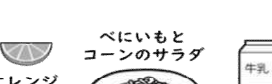
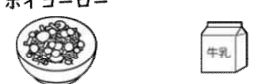
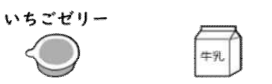
※児童生徒の給食費(小学校5600円、中学校6000円)は市が負担しています。



《欠食予定》

25日～27日 下地小6年



こ ん だ て	2(月) 甘露の日	3(火) 6/4むしパンの日献立	4(水) 6/1世界牛乳の日献立	5(木) 世界環境デー	6(金) 6/8ガパオの日献立
	パパイヤイリチー  いわしのかんろに  カルシウム たっぷりごはん とうにゅういり とんじる	あふ  (むぎごはん) (なすとひきにくのカレー)  カレーライス だいこん サラダ	ささみチーズフライ  カラフルサラダ  こくとうパン グラタンふう マカロニの ミルクに	ゴーラチップス  もずくどん (むぎごはん) (もずくあん)  ゆしどうふ じる	オレンジ  (むぎごはん) (ガパオのぐ) (めだまやき)  ガバオライス オニオン スープ
	小学校 C 613 P 28.5 F 15.5 中学校 C 753 P 35 F 17.7	小学校 C 694 P 20.6 F 18.8 中学校 C 861 P 24.3 F 22.4	小学校 C 712 P 26.4 F 28.3 中学校 C 865 P 31.8 F 34.7	小学校 C 597 P 24.8 F 18.6 中学校 C 736 P 30.3 F 21.9	小学校 C 625 P 25.4 F 17.9 中学校 C 760 P 30.3 F 21.1
こ ん だ て	9(月) 6/6梅の日献立	10(火) 5月ウマチー	11(水) 入梅	12(木) 6/15しょうがの日献立	13(金)
	いんげんのチキンマヨサラダ  とりにくのみそやき  うめごはん えのきとわかめ のすましじる	せんぎりイリチー  ぶたにくのこうみやき  カルシウム たっぷりごはん シームヌ	オレンジ  いわしフライ  むぎごはん とうふ ちゃんぶるー	ぶたにくのしょうがいため  あじつけのり  むぎごはん ぐだくさん みそじる	えだまめサラダ  ひじきしゅうまい  むぎごはん だいこん ンブシー
	小学校 C 560 P 26.7 F 14.9 中学校 C 686 P 32.3 F 16.9	小学校 C 679 P 28.8 F 18.8 中学校 C 839 P 35.7 F 22	小学校 C 600 P 22.8 F 18.7 中学校 C 730 P 27.3 F 21.8	小学校 C 566 P 28.3 F 13 中学校 C 694 P 34.1 F 14.7	小学校 C 583 P 23.5 F 16 中学校 C 705 P 27.8 F 18
こ ん だ て	16(月)	17(火)	18(水)	19(木) 6/21夏至献立	20(金)
	たいやき  (めん) (やさしいりしる)  にくやさい そば のりしお ポテト	オレンジ  (むぎごはん) (マーボーへちま)  マーボー へちまどん オクラの スープ	グンボウイリチー  さつまいもてんぷら  むぎごはん アーサの みそじる	宮古島産カップもずく  さばのてりやき  カルシウム たっぷりごはん とうがんの カレーに	べにいもと コーンのサラダ  オレンジ  (ウインナー) (コッペパン) ウインナー ドッグ ジュリエヌ スープ
	小学校 C 605 P 26.5 F 15 中学校 C 734 P 32.2 F 17.5	小学校 C 574 P 22.5 F 17.9 中学校 C 700 P 27.5 F 21.4	小学校 C 677 P 23.6 F 20.5 中学校 C 808 P 28.5 F 22.6	小学校 C 645 P 27.3 F 23.1 中学校 C 793 P 33.1 F 27.3	小学校 C 611 P 22.4 F 25.4 中学校 C 699 P 24.9 F 28
こ ん だ て	23(月) 慰霊の日	24(火) 6/23慰霊の日献立	25(水)	26(木) 食育～福岡県～	27(金) 6/29佃煮の日献立
		バナナ  ポロポロ ジュシー  とうがんの にもの	ホイコーロー  れんこんいりつくね  カルシウム たっぷりごはん かんこくふう あさりスープ	いちごゼリー  チキンのゆずごしょうやき  たかな チャーハン もつなべふう スープ	じゃがぶたキムチ  オレンジ  なまりぶしとひじきのつくだに むぎごはん もずく スープ
	小学校 中学校	小学校 C 435 P 21.4 F 15.1 中学校 C 560 P 26.4 F 17.4	小学校 C 529 P 22.5 F 13.5 中学校 C 680 P 28.9 F 17.3	小学校 C 664 P 28.3 F 25.9 中学校 C 808 P 34.4 F 31.3	小学校 C 549 P 20.3 F 10.3 中学校 C 671 P 24.5 F 11.2
こ ん だ て	30(月) 下地中台湾交流記念給食	家庭で気をつけたい 夏場に多い細菌性の食中毒			栄養指導目標：よくかんでたべよう
	三杯鶏 (サンペイジー)  菜脯蛋(ツァイブータン)  むぎごはん 鹹湯圓 (シェンタンユエン)	家庭で気をつけたい 夏場に多い細菌性の食中毒 食中毒の原因となる細菌は、肉や魚、いろいろなものを触る手、まな板やスポンジなど、至るところに存在している可能性があります。家庭での食中毒予防は、そのような食中毒の原因菌を食品の購入から調理して食べるまでの過程で、「つけない」「増やさない」「やっつける」ことが重要です。 			6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。美味しく食べるには、歯と口の健康は欠かせません。食事の後は、歯みがきを丁寧に行いましょう。 また、私達の骨は常につくりかえられていて、牛乳をはじめ、小魚や青菜、大豆、大豆製品などカルシウムを多く含む食品を意識して普段の食事に取り入れましょう。 
	小学校 C 727 P 30.6 F 29.5 中学校 C 903 P 38.1 F 36.4				