



令和7年度 6月の学校給食予定献立表



大和町学校給食センター

日	曜	給食のない 学校 学年 など	ス プ ー ン	献 立 名	赤の食べ物 血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)	緑の食べ物 体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)	黄の食べ物 熱や力になる (炭水化物・脂質)	栄養価・小		栄養価・中	
								エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
2	月	大和中 宮床中		ごはん さばの塩焼き ひじきの炒り煮 ピリ辛五目みそ汁 小骨に注意して食べましょう	牛乳 さば 油揚げ ひじき 大豆 さつまいも 豚肉 みそ 豆腐	えだまめ ごぼう だいこん にんじん ねぎ はくさい	ごはん 米サラダ油 三温糖 じゃがいも	654	27.3	24.8	2.9
3	火	吉岡小 大和中 宮床中	◎	ごはん 春巻き えび豆腐 ぶどうゼリー	牛乳 豚肉 えび 豆腐	キャベツ グリンピース しょうが だけのこ たまねぎ にんじん にんにく ぶどう 乾しいたけ きくらげ	ごはん 小麦粉 春雨 米白絞油 米サラダ油 三温糖 でん粉 ゼリー	668	22.8	22.3	2.3
4	水	吉岡小 大和中	◎	米粉フォカッチャ チリコンカン 枝豆とウィンナーのソテー 野菜スープ	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆 ひよこ豆 ウィンナーソーセージ ベーコン	赤ピーマン えだまめ キャベツ たまねぎ とうもろこし トマト にんじん にんにく	米粉フォカッチャ 米サラダ油 バター じゃがいも	601	30.3	26.4	3.1
5	木	大和中		ごはん レバー入りカレーメンチカツ すぎ昆布の煮物 けんちん汁	牛乳 豚肉 豚レバー 昆布 さつまいも 鶏肉 豆腐	ごぼう さやいんげん だいこん だいずもやし たまねぎ にんじん ねぎ	ごはん でん粉 パン粉 米白絞油 米サラダ油 三温糖 りんご	610	27.0	19.2	2.2
6	金		◎	カミカミカレーライス (麦ごはん・カミカミカレー) フルーツのヨーグルト和え	牛乳 豚肉 大豆 ひよこ豆 ヨーグルト ホイップクリーム	ごぼう たまねぎ にんじん にんにく れんこん パインアップル パナナ マンゴー みかん もも りんご	ごはん 大麦 米サラダ油 じゃがいも カレールウ	715	21.5	21.5	2.1
9	月			ごはん 鶏肉の香味焼き 切り干し大根のナムル炒め 油ふと小松菜のみそ汁	牛乳 鶏肉 豚肉 みそ かたくちいわし	切り干し大根 ごまとなし しょうが たまねぎ くら にんじん にんにく ねぎ はくさい	ごはん 三温糖 ごま油 ごま 米サラダ油 じゃがいも 油ふ	598	31.9	16.9	2.3
10	火	宮床小4年		ごはん チーズはんぺんフライ 豚肉とごぼうのしぐれ煮 みそワタンスープ	牛乳 チーズ 魚肉すり身 鶏卵 豚肉 みそ	ごぼう しょうが にんじん にんにく ねぎ もやし 乾しいたけ	ごはん パン粉 米白絞油 米サラダ油 三温糖 ワンタン ごま油 ラード 砂糖	670	24.6	24.5	2.3
11	水		◎	食パン (ブルーベリージャム) ミートオムレツ ブロックリーとえびのソテー コーンスープ	牛乳 鶏卵 鶏肉 えび 白いんげん豆 院脂粉乳 生クリーム	えだまめ たまねぎ とうもろこし にんじん ブロックリー ブルーベリー	食パン ジャム バター じゃがいも ベジメメルソース ホワイトソース	656	26.0	24.2	2.7
12	木	落合小5・6年		ごはん ハンバーグ照り焼きソース ポテトのチーズ煮 春雨スープ	牛乳 鶏肉 豚肉 ベーコン チーズ	たまねぎ にんじん ねぎ はくさい 乾しいたけ	ごはん でん粉 砂糖 じゃがいも 三温糖 バター 米サラダ油 はるさめ ごま油	636	24.5	20.9	2.3
13	金	落合小5・6年	◎	中華飯 (麦ごはん・中華飯の具) フルーツの甘夏ゼリー和え	牛乳 豚肉 いか えび	グリンピース しょうが だけのこ たまねぎ にんじん にんにく 白菜 もやし 夏みかん パインアップル もも りんご 乾しいたけ きくらげ	ごはん 大麦 米サラダ油 三温糖 ごま油 でん粉 ゼリー	640	21.3	14.6	2.2
16	月	吉岡小		ごはん 笹かまぼこのカレー揚げ 大和町産みだけのオイスターソース炒め 三陸産わかめと豆腐のみそ汁	牛乳 笹かまぼこ 豚肉 かたくちいわし みそ 豆腐 油揚げ わかめ	赤ピーマン えだまめ だけのこ にんじん にんにく ねぎ だもぎたけ まいたけ	ごはん 天ぷら粉 米白絞油 米サラダ油 三温糖 でん粉 じゃがいも	614	24.9	20.0	2.7
17	火	吉岡小4年 吉田小5・6年	◎	ガバオライス (麦ごはん・ガバオライスの具) チンゲンサイのスープ アセロラゼリー	牛乳 豚肉 大豆 ハム	赤ピーマン しょうが たまねぎ チンゲンサイ にんじん にんにく ねぎ バジル もやし アセロラ 乾しいたけ きくらげ	ごはん 大麦 米サラダ油 三温糖 でん粉 ごま油 ゼリー	645	25.4	18.8	2.7
18	水	みやぎ水産の日 吉田小5・6年	◎	食パン (宮城県産いちごジャム) もろかのオーロラソース コーンとアスパラのソテー トマトと鰾のコンソメスープ	牛乳 もろか みそ ベーコン ウィンナーソーセージ 鶏卵	アスパラガス たまねぎ とうもろこし トマト にんじん いちご	食パン ジャム でん粉 米白絞油 三温糖 米サラダ油 バター	610	29.6	25.6	3.3
19	木	食育かるたメニュー 鶴巣小5・6年	◎	ごはん ボークシゅうまい (小2個・中3個) 大和町産行楽入りジャージャン豆腐 冷凍みかん	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ	行者菜 しょうが だけのこ たまねぎ にんじん にんにく ねぎ みかん ししいたけ	ごはん パン粉 でん粉 小麦粉 米サラダ油 三温糖 ごま油	695	25.6	24.1	2.3
20	金	鶴巣小5・6年		ごはん 宮城県産キャベツメンチカツ (パックソース) 三陸産まわりの五目炒め うーめん汁	牛乳 豚肉 まわりのみそ さつまいも 大豆 鶏肉 油揚げ かつお節	キャベツ ごぼう だいこん たまねぎ にんじん ねぎ 乾しいたけ	ごはん パン粉 小麦粉 米白絞油 米サラダ油 三温糖 うーめん	597	23.7	19.3	2.1
23	月			ごはん おさかなふりかけ あじの塩こうじ焼き 五目豆 ひきなのみそ汁 小骨に注意して食べましょう	牛乳 あじ 鶏肉 がんもどき 大豆 昆布 豆腐 油揚げ かたくちいわし みそ かつお節 いわし節	えだまめ 切り干し大根 ごぼう ごまとなし だけのこ にんじん ねぎ えのきだけ	ごはん 米サラダ油 三温糖 ごま 砂糖	601	32.5	18.2	2.3
24	火	吉岡小4年	◎	豚肉のハヤシライス (麦ごはん・豚肉のハヤシライスの具) フルーツのいちごゼリー和え	牛乳 豚肉	グリンピース たまねぎ トマト にんじん いちご パインアップル もも りんご マッシュルーム	ごはん 大麦 米サラダ油 じゃがいも ハヤシルウ ゼリー	689	21.9	17.9	2.5
25	水	小野小4年		ミルクパン お魚と豆腐のナゲット (2個) ピリ辛キムチうどん フロースンヨーグルト	牛乳 豆腐 魚肉すり身 豆乳 豚肉 なると ヨーグルト	たまねぎ とうもろこし くら にんじん ねぎ はくさい もやし	ミルクパン 植物油 小麦粉 米白絞油 うどん	656	23.6	27.2	3.2
26	木	吉岡小6年 小野小5年 大和中1年		ごはん 厚焼き卵 ホイコーロー えび団子のすまし汁	牛乳 鶏卵 豚肉 みそ えび 魚肉すり身 かつお節	青ピーマン キャベツ しょうが だけのこ たまねぎ にんじん にんにく ねぎ	ごはん 砂糖 でん粉 米サラダ油 三温糖 ごま油 春雨	623	27.0	20.4	2.4
27	金	吉岡小6年 宮床小2年 小野小5年		ごはん 鶏ささみフライ (パックソース) じゃがいものそぼろ煮 みそスープ	牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	キャベツ さやいんげん しょうが だけのこ たまねぎ とうもろこし くら にんじん もやし	ごはん ごはん パン粉 米白絞油 米サラダ油 じゃがいも 三温糖 でん粉 ごま油 ごま	638	25.7	20.4	2.6
30	月			ごはん 揚げきょうざ (小2個・中3個) チャプチェ 中華スープ	牛乳 豚肉 厚揚げ	キャベツ しょうが だけのこ たまねぎ チンゲンサイ くら にんじん にんにく ねぎ 乾しいたけ	ごはん 小麦粉 米白絞油 ごま油 春雨 米サラダ油 三温糖 ごま	617	21.2	23.6	2.0

*牛乳 は毎日つきます。
*太字は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。
*都合により献立を変更する場合があります。
*スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつかえます。
★6月から9月までの間、衛生面を考慮して副菜としての和え物・サラダ等の献立を控え、炒め物・煮物等で対応させていただきますので、ご理解ご協力をお願いします。

6月は、
「みやぎふるさと食材月間」です。
仙台行楽内研究会黒川支部の方々より『行者菜』を提供していただくことになりました。
19(木) ジャージャン豆腐に使用します。おいしい大和町産の行者菜を感謝して食べましょう。



平 均 (基 準)	小学校	中学校
エネルギー (Kcal)	640 (663)	812 (830)
たんぱく質 (g)	25.7 (25.0)	31.5 (31.0)
脂 質 (g)	21.4 (19.0)	25.1 (23.0)
塩 分 (g)	2.5 (2.0)	3.1 (2.5)

今月の地場産品

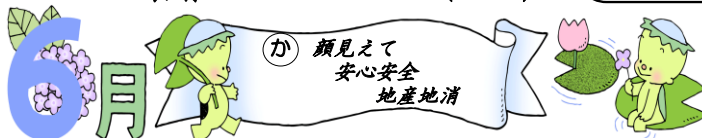
★町内産

米、行者菜、しいたけ、まいたけ、きくらげ

★県内産

豚肉、豆腐、油揚げ、大麦、わかめ、まわりのみそ、油ふ、うーめん、笹かまぼこ、さつまいも、もろか、大豆、鶏卵、牛乳、ヨーグルト、キャベツ、赤ピーマン、だいこん、くら、チンゲンサイ、トマト、いちご

たいわの食育かるたメニュー (19日)



☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきてみましょう☆