







令和7年			子仪和	及」	サイト	(何即,,	4大部)) ★活	かくにか 動についてはHPをご確認ください★
	月	火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
7 - 4 /	 ・ エネルギー・たんばくレン・レぼう・えんぶん 599kcal・18.8g・18.4g・1.5g ・ 佐 599kcal・20.9g・19.5g・1.7g ・	3 3 8 h	 せい	4 ではん (低 向 高 (価 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向 向	エネルギー・ たがくしつ・ しぼう・ えんぶん 575kcal - 23.3g - 17.6g - 1.9g 654kcal - 25.7g - 18.3g - 2.1g 688kcal - 27.8g - 19.3g - 2.5g 766kcal - 29.7g - 19.7g - 2.5g 演豆腐(大豆)・ でん粉・ごぼう・人参・長葱・	5 + v	栄 エネルギー・ たんばくレン し ぼう・ えんぶん 低 486kcal ・ 19.6g ・ 19.8g ・ 2.0g 中 574kcal ・ 22.7g ・ 21.2g ・ 2.4g 面 609kcal ・ 24.9g ・ 25.5g ・ 3.3g 小麦粉・なたね油・イースト・砂糖・食塩	6 ごはん	ボルギー・たがばくレフ・レぼう・えんぶん 低 621kcal - 21.3g - 24.0g - 1.5g 費 中 671kcal - 22.7g - 25.0g - 2.0g 高 723kcal - 24.1g - 25.8g - 2.2g わかめ・じゃが芋・冷凍豆腐(大豆)・長葱・味噌(大
たぬき汁	きこんにゃく・じゃが芋・ごぼう・大根・人参・ 長葱・味噌(大豆)・和風だし・減塩味噌(大豆)・ こんぶだし・鰹だしパック	立んさいにく 山菜肉うどん (ご) いそ べ ぁ	MA こは グー人参・は フォレルデー かっか 派・たけのこ・干権官 きざみ 沖縄 げくたり 焼竹館(魚角 でんぷん・植物油・砂糖・食塩・寒天・粉あめ・大豆) 腔 だしパック・そばつゆ(大豆・川麦・さば)・醤油(大豆・小麦・・こんぷだし・みりん	ましの じる きざみ) 合わせが 吉野汁 しいわし	曲揚げ(大豆)・そばつゆ(大豆・小麦・さば)・ だし(さば)・和風だし・醤油(大豆・小麦) ・水あめ・でん粉・梅肉ペースト・かつお	ベーコンポトフ エゾシカ肉と	じゃが芋・キャベツ・玉葱・人参・パセリ・こしょう・ ブイヨングラニュール(牛肉・鶏肉・小麦・大豆)・ スティックベーコン(豚肉・食塩・砂糖・香辛料)・	して わかめとじゃがいものみそ汁 だい す	豆)・減塩味噌(大豆)・和風だし・こんぶだし・鰹 だしパック 鶏肉・スイートコーン・乾燥大豆・豚脂・玉葱・砂糖・
カレーコロッケ c まっ な 小松菜とひじきの	じゃが芋・玉葱・人参・砂糖・パン粉・大豆・植物油脂・醤油・カレー粉・食塩・にんにく・パッターミックス・加工油脂・小麦・菜種油・ペーキングパウダー・加工でん粉	ちくわの磯辺揚げ (小1個・⊕2個)	ちくわ(魚肉すり身・でん粉・砂糖・植物油脂・食塩 魚醤)・小麦粉・あおさ・しょうゆ・大豆・大豆油・ 加工でん粉・菜種油	いわしの煮付け梅風味	・砂糖・しょうゆ・梅酢・発酵調味料・こ ン・小麦・大豆 人参・豚肉・長葱・でん粉・おろし生姜・ Φ(大豆・小麦・さば)・合わせだし(さば)・	しめじのボロネーゼ	白ワイン・チキンコンソメ(鍋肉・大豆・小麦) エソシカひき肉・玉葱・人参・しめじ・プロッコ リー・菜種油・トマトソース(大豆)・おろし生姜・トマトケチャップ・赤ワイン・ウスターソース・	コーンと大豆の メンチカツ ↔	食塩・小麦不使用しょうゆ・酵母エキス・植物油・ 米粉・香辛料・加工でん粉・菜種油 もやし・ちりめん(かたくちいわし・塩)・ほうれ ん草・減塩醤油(大豆・小麦)・砂糖・白炒りごま・
ツナ和え 💮	こまつな・もやレ・ツナ油漬フレーク(大豆)・芽 ひじき・枝豆(大豆)・醤油(大豆・小麦)・穀物酢・ ごま油(ごま)・砂糖・白炒りごま	フルーツキャロットゼリー	オレンジ果汁・人参ジュース・りんご果汁・砂糖	和風だし	・減塩醤油(大豆・小麦)・ ・菜種油・砂糖	エゾシカ肉について詳しくは 裏面をご覧ください! たいふく 豆乳クリーム大福	にんにく・トマトソースルータイプ(小麦) 豆乳加工品・砂糖・澱粉・もち粉・上新粉・水あめ・ 大豆・加工でん粉	がたこでは、 できます できます ままま できます できます できます できます できます	エッグケア(大豆)
9 で は ん	 ボルギー・たんぱくレン・レぼう・えんぶん 低 530kcal ・21.6g ・11.9g ・1.8g 中 593kcal ・24.8g ・12.8g ・2.1g 高 670kcal ・28.9g ・14.2g ・2.5g 中学 785kcal ・31.1g ・18.0g ・2.8g 	スパゲティ	栄 エネルギー ・ たんぱくしつ ・ しぼう ・ えんぶん 低 536kcal ・ 19.1g ・ 17.8g ・ 1.4g 養 中 627kcal ・ 22.1g ・ 20.3g ・ 1.8g 高 668kcal ・ 23.2g ・ 22.6g ・ 2.1g 中学 737kcal ・ 25.4g ・ 23.9g ・ 2.3g	11 ご は ん ^{養 声}	652kcal · 23.7g · 16.7g · 2.4g 732kcal · 25.5g · 17.3g · 2.4g	12 コッペパン	 ボー・たがはくい・しぼう・えんぶん 低 515kcal・18.4g ・18.7g ・2.4g ち 591kcal・20.8g ・20.8g ・3.1g 高 775kcal・27.1g ・26.5g ・4.1g 中学 836kcal ・29.1g ・27.8g ・4.3g 	13 c t h	###
ワンタンスープ セルフチキンライス 🎓		クリームスパゲティ	玉葱・人参・しめじ・ほうれん草・カットペーコン(豚肉・食塩・砂糖・香辛料)・ソテーオニオン(大豆)・スープストック(ボークエキス・香味油(動物油脂・野菜)・チキンエキス・静母エキス・鰹エキス・ゼラチン・豚肉・鶏肉)・チキンコンソメ(鍋肉・大豆・カチン・豚肉・鶏肉)・チキンコンソメ(鍋肉・大豆・	はくさい にくだん で でん粉・ 白菜と肉団子スープ 香辛料 オニオ	広勢・人参・ミートボール(鍋肉・たまねぎ・ ・豚肉・水あめ・大豆油・チキンオイル・塩・・ ・大豆・・干椎吉・コンソメ(鍋肉・豚肉)・ ・ンスープ(ゼラチン・小麦・大豆・豚肉)・ ・豆・小麦)・こしょう・塩	えーびーしー ABCスープ にくだん ご あじ	玉葱・じゃが芋・人参・パセリ・こしょう・塩・ ブイヨングラニュール(牛肉・鶏肉・小麦・大豆)・ アルファペットマカロニ(小麦)・スライスウイン ナー(鶏肉・豚脂肪・でん粉・食塩・砂糖・香辛料・ 酵母エキス・加エデンブン・豚肉・大豆・白ワイン・	US たまじる 白玉汁 て ゃ	白玉もち(も方米粉・加工でん粉)・鶏肉・焼竹輪(魚肉・でんぷん・植物油・砂糖・食塩・寒天・粉あめ・大豆)・人参・長葱・鰹だしパック・カット昆布・醤油(大豆・小麦)・液は醤油(大豆・小麦)・そばつゆ(大豆・小麦・さば)
ではんに混ぜて食べましょう	編肉・コーンスターチ(とうもろこし)・玉葱・人参・ 中濃ソース(りんご)・醤油(大豆・小麦)・トマト ソース(大豆)・トマトケチャップ・菜種油・デミ グラスソース(小麦・豚肉・大豆・牛肉)・コンソメ(鍋。	さくらんぼゼリーの フルーツ和え	小麦)・牛乳・生クリーム(乳)・ベシャメルソース(小麦・乳・大豆)・塩・こしょう・菜種油 カットゼリーさくらんぼ味(砂糖・さくらんぼ果	クリーンきょつさ(2値) _{+ャペソ} しょうオ バンバンバーサラ ダ かきエ	ソ・豚肉・ホウレンソウ・鶏肉・豚脂・大豆・ が・ごま油・しょうゆ・砂糖・食塩・魚醤・ キス・こしょう・小麦粉・なたね油・加工	肉団子ケチャップ味 / 4年生以下1個 \	チキンコンソメ(鶏肉・大豆・小麦) 鶏肉・豚肉・玉葱・パン粉・加工でんぶん・豚脂・食塩・植物油脂・香辛料・トマトケチャップ・砂糖・醸	│ 照り焼きハンバーグ ブロッコリーのごま和え	鶏豚ハンバーグ(鶏肉・豚肉・たまねぎ・豚脂・砂糖・トマトベースト・香辛料・食塩・酵母エキス・加工でんぷん・大豆・レょうがベースト・にんにく
(アップル味) 「吸い込まず、よくかんで食べましょう。	 肉・豚肉)・ミックスペジタブル(にんじん・とうもろこし・いんげん) 水あめ・砂糖・リんご果汁 豆乳加工品・砂糖・レモン果汁・豚ゼラチン・で 	יייייייייייייייייייייייייייייייייייייי	汁)・うんしゅうみかん缶(みかん・砂糖)・黄桃ダイス(もも)・パインチピット	もやし さみ・1 ードレ	・きゅうり・人参・チキンささみ水煮(鶏さ でんぶん・食塩・野菜エキス)・パンパンジ ッシング(ごま・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・	5年生以上2個	造酢・しょうゆ・しょうが・小麦・大豆・ごま・りんご・ 菜種油 人参・さつま芋・枝豆(大豆)・ボークハム(豚肉・ しゃが芋でん粉・塩・砂糖・香辛料)・エッグケア(大		ペースト・小麦不使用醤油)・てりやきのたれ(水 あめ・砂糖・醤油・食塩・醸造酢・チキンエキス・ 加工でん粉・寒天・小麦・大豆・鶏肉) プロッコリー・人参・醤油(大豆・小麦)・砂糖・
・ レモンムース	人粉・大豆□ エネルギー・ たんぱくしつ・ しぼ う・ えんぶん		エネルギー・たんぱくしつ・しぼう・えんぶん	ゼラチン	エネルギー・ たんぱくしつ・ し ぼ う・ えんぶん	さつまいものサラダ	豆)・砂糖・こしょう・塩 ☆ エネルギー・ たんぱくしつ・ し ぼ う・ えんぶん		白すりごま ☆ エネルギー・たんぱくしつ・し ぼ う・えんぶん
16 z t h	楼 560kcal · 19.0g · 17.7g · 1.8g 中 613kcal · 21.3g · 18.6g · 2.2g 高 670kcal · 23.8g · 19.8g · 2.5g 中学 790kcal · 26.4g · 22.9g · 2.8g	17 =-メン	高 676kcal · 28.0g · 18.6g · 3.6g 中学 724kcal · 29.0g · 18.7g · 3.7g	で は ん ^{養 中 高} 価 ^神	575kcal 18.9g 16.4g 2.5g 655kcal 21.6g 18.6g 2.9g 737kcal 23.9g 20.4g 3.3g 831kcal 25.9g 21.8g 3.7g	19 コッペパン	任 530kcal - 18.8g - 19.2g - 2.7g 養 中 628kcal - 21.7g - 22.0g - 3.5g 高 767kcal - 26.1g - 25.8g - 4.2g 中学 840kcal - 28.2g - 27.5g - 4.5g	20 = t h	低 554kcal - 15.9g - 17.2g - 1.5g 養 中 600kcal - 17.2g - 18.0g - 1.8g 価 高 649kcal - 18.5g - 18.9g - 2.0g 中学 778kcal - 20.9g - 22.2g - 2.4g
わかめスープ	冷凍豆腐(大豆)・人参・もやし・焼竹輪(魚のかでんぶん・植物油・砂糖・食塩。寒天・粉魚のか大豆)・わかめ・中華味(鶏肉・豚肉・大豆・牛肉・ゼラチン)・醤油(大豆・小麦)・こしょう・塩・白炒りごま	しょうゆラーメン	豚肉・人参・玉葱・もやし・長葱・中華味(鶏肉・豚肉・ 大豆・牛肉・ゼラチン)・醤油・ラーメンベース(鶏肉・ 豚肉・ごま・小麦・大豆)・中華がらスープボーク &チキン(豚肉・鶏肉)	 とまこまいホッキカレー パーモン アップル	見・じゃが芋・玉葱・人参・生クリーム(乳)・ ントカレー(小麦・豚肉・乳・大豆・りんご・ ・中濃ソース(りんご)・スキムミルク(乳)・ レソース(リンゴ)・カレーフレーク(小麦)・	コッペパンを手で割って、 焼きそばをはさんで食べよう!	玉葱·ショルダーベーコン(豚肉・塩 砂糖・香辛料)・ クリームコーン缶・ホールコーン・ルウボタージ ュ(小麦・乳・大豆・豚肉)・コーンクリーム(小麦・乳・ 牛肉・大豆・コンソメ(鍋肉・豚肉)・有塩パター	もずくのみそ汁	もずく、冷凍豆腐(大豆)・人参・長葱・味噌(大豆)・ 減塩味噌(大豆)・合わせだし(さば)・和風だし がぼちゃ・たまねぎ・豚肉・砂糖・醤油・豚脂・ でんぶん・バン粉・発酵調味料・小麦グルテン酵
春巻き チンジャオロースー 🎓	キャベツ・たまねぎ・にんじん・豚肉・はるさめ ボークオイル・ねぎ・ボークミートベースト・ひじき おろししょうが・小麦粉・植物油脂・みりん・水あめ でん粉・しょうゆ・砂糖・食塩・オイスターンース 酵母エキス・乾燥/ケー酸母・香辛ガーカエでん粉・	枝豆コロッケ ⊕ぷるりんゼリー	じゃが芋・バン粉・枝豆・小麦粉・砂糖・枝豆ベ ースト・加工でん粉・コーンスターチ・小麦粉加 エ品・パーム油・でん粉・食塩・香辛料・乳・大豆・ 菜種油	バランスアップサラダ Tabb	オニオン(大豆)・にんにく・菜種油 ・キャベツ・ツナ油漬フレーク(大豆)・枝 ご)・穀物酢・醤油(大豆・小麦)・砂糖・ご ま)	つぶつぶコーンスープ 焼きそば	(乳)・牛乳・生クリーム(乳)・パセリ・こしょう 小麦粉・食塩・粉末ソース・粉末醤油 酵母エキス・ キャペツ・中濃ソース・植物油・豚肉・にんじん・砂糖・香辛料・乳酸カルシウム・かん水・えび・大豆・	かぼちゃひき肉フライ きんぴらごぼう 〇〇	素分解物・ウスターソース・香辛料・小麦粉・植物油脂・加工でん粉・大豆・りんご・菜種油 ごぼう・人参・白炒りごま・醤油(大豆・小麦)・ みりん・砂糖・ごま油(ごま)・料理酒・液体かつ
	ゼラチン・大豆・ごま・菜種油 豚肉・麦・たけのこ・ピーマン・菜種油・おろし生姜・たんにく・料理酒・砂糖・中華味(鍋肉・豚肉・大豆・牛肉・ゼラチン)・醤油(大豆・小麦・オイスターソース(かきエキス・鉄母エキス・水あめ・塩・酒精・加工でん粉)・こしょう・でん粉	がしていません。 (アップル味) (吸い込ます、よくかんで食べましょう。	水あめ・砂糖・リんご果汁			ハリハリサラダ 🟵	鶏肉・もも・りんご 切干し大根・きゅうり・ボークハム(豚肉・じゃ が芋でん粉・塩・砂糖・香辛料)・ごまドレッシン グ(植物油脂・砂糖・醤油・醸造酢・ごま・しいた けエキス・食塩・酵母エキスパウダー・香辛料・ 加工でん粉・大豆・小麦)		おの素(かつおエキス・塩・魚醤・酵母エキス・かつお節エキス・煮干しエキス・屋布エキス・酒精)
23 c t h	TANばー・たんぱくしつ・しょぼう・えんぶん	スパゲティ	# I ボルギー ・ たんぱくしつ・ しぼう・ えんぶん 低 547kcal ・ 23.9g ・ 17.3g ・ 1.9g 養 中 642kcal ・ 28.1g ・ 19.4g ・ 2.5g 高 685kcal ・ 30.7g ・ 21.5g ・ 2.7g 中学 757kcal ・ 33.3g ・ 23.2g ・ 2.9g 豚肉・玉葱・人参・きざみ椎茸・カット大豆・お	25 ではん $^{^{*}_{\oplus \stackrel{\circ}{\cap} \stackrel{\circ}{\cap} \stackrel{\circ}{\cap}}}$	エネルギー ・たんぱくレフ ・ しぼ う ・ えんぶん 591kcal ・ 22.9g ・ 11.8g ・ 1.7g 657kcal ・ 25.8g ・ 12.8g ・ 2.1g 725kcal ・ 28.6g ・ 13.7g ・ 2.3g 812kcal ・ 31.1g ・ 14.3g ・ 2.6g 日本・玉葱・人参・長葱・綱厚揚げ(豆乳・	26	ボルギー・ たんぱくレン・ しぼう・ えんぶん 低 499kcal ・ 21.9g ・ 20.4g ・ 2.7g 中 564kcal ・ 24.4g ・ 21.8g ・ 3.1g 高 672kcal ・ 28.4g ・ 23.8g ・ 3.6g 中学 727kcal ・ 30.5g ・ 24.6g ・ 3.9g	27 E t h	###
たいこん まる しる 大根の丸ごとみそ汁 Stricく いた	根葉・砂糖)・味噌(大豆)・減塩味噌(大豆)・こん ぶだし・鰹だしパック 豚肉・人参・玉葱・キャベツ・菜種油・おろし生姜・	ミートスパゲティ	め内、玉が、八多・ことの社は、ガット人立・の ろし生姜・ウスターソース・中濃ソース(りんご)・ 赤ワイン・トマトケチャップ・トマトピューレ・ にんにく・ミートソース(大豆・牛肉・豚肉・小麦)・ 菜種油・ミートップ(豚肉・鶏肉・大豆)	がた ぎん 加工で/ 小麦)・ 鮭・玉	ん粉・植物油・大豆)・干椎茸・醤油(大豆・ みりん・料理酒・砂糖 ねぎ・プロセスチーズ・バン粉・植物油脂	 クイッティオスープ ゙	ダーベーコン(豚肉・塩・砂糖・香辛料)・ソテー オニオン(大豆)・パセリ・オニオンスープ(ゼラチン・小麦・大豆・豚肉)・醤油(大豆・小麦)	なめこのみそ汁	揚げ(大豆)・煮干しだしバック(かたくちいわし)・合わせだし(さば)・味噌(大豆)・減塩味噌(大豆) いわし・水あめ・砂糖・しょうゆ・発酵調味料・
豚肉のしょうが炒め	生姜焼きのたれ(しょうゆ・砂糖・しょうが・発酵 調味料・香辛料・小麦・大豆)	ブロッコリーの イタリアンサラダ	キャベツ・プロッコリー・きゅうり ・ボークハム(豚肉・じゃが芋でん粉・塩・砂糖・香平料)・イタリアンドレッシング(食用植物油館・砂糖・醸造酢・食産・柔酵調味料・玉葱・香味食用油・酵	チーズインさけメンチカツ 脱脂粉	・ろこし・菜種・大豆・パーム)・とうもろ ん粉・砂糖・食塩・パッターミックス・豚 デン・加工でん粉・小麦粉・乳・大豆・豚肉 乳・砂糖	チキンナゲット(2個) ジャーマンポテト	編肉・パン粉・おから・砂糖・塩・でん粉・香辛料・ 小麦粉・クラッカー粉・コーンフラワー・コーン グリッツ・植物油脂・菜種油 パーム油・加工で ん粉・大豆	いわしのしょうが煮 小腎に気をつけて食べましょう	おろししょうが・こんぶだし・酢・塩・川麦・大豆 もやし・ほうれん草・ホールコーン・チキンささ み水煮 (錦ささみ・でんぶん・食塩・野菜エキス)・ 穀物酢・醤油伏豆・小麦)・砂糖・ごま油(ごま)
			をは、なべきがある。 毎エキスパウダー・香辛料・トマト・加工でん粉)・砂糖	この日は牛乳の提供はありません。	きゅうにゅうだいだいびんていきょうしゃ 牛乳代替品提供者については、		じゃが芋・玉葱・バセリ・にんにく・こしょう・塩・ 菜種油・スライスウインナー(鶏肉・豚脂肪・でん 粉・食塩・砂糖・香辛料・酵母エキス・加エデンブン・ 豚肉・大豆)	よんしょくあ 四色和え	砂糖・食塩・鰹節粉・とうもろこしでん粉・酵母 エキス・抹茶・わかめ・海苔・鰹削り節・しいた けエキス・貝カルシウム
	ゴネルギー・たんぱくしつ・しぼう・えんぶん	がつか	か _ は 〈ち けんこうしゅうかん	つうじょう とうじゅう むぎちゃ ていきょう 通常どおり豆乳・麦茶を提供します。		20 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	ケイロムころロの外の専は気筒でナ	すこやかふりかけ(わかめ)	
30 ご は ん	任 565kcal - 19.7s - 16.6g - 2.2s	6月4日~10日は「歯と口の健康週間」です。						○ 千乳は毎日フきま9。25日○ ごこの日に、スプーン○ 都合により献立が変更	or acc. 3€275,63€
ポークハヤシライス	豚肉・玉葱・人参・しめじ・プロッコリー・菜種油・ ハヤシルウ(小麦)・トマトソース(大豆)・ウスタ ーソース・アップルソース(リンゴ)・赤ワイン	のう なか	くかむことの効果で	・ けんごう やくだ 健康に役立つ ・ だて ・ へ	献: し込んでください。	一個高	「騰による保護者の経済	○学校給食についての情報は ○ 驚には骨がついている	ち小牧市ホームページをご覧ください。
キャベツとツナの たまねぎドレッシング和え	キャペツ・ツナ油漬フレーク(大豆)・芽ひじき・ 和風玉ねぎドレッシング(たまねぎ・植物油脂・醤 油・砂糖・指・かつおエキス・香辛料・椎茸エキス・ 椎茸・酵母エキス・赤ピーマン・小麦・大豆)	よくかむと脳の中の #A& \$ 50 7 9 7 9 7 9 7 9 7 9 7 9 9 7 9 9 7 9	あごの筋肉を動か ことで脳の え、脳を活性化します。	が増 (をつけています	す。・・・である開催日の前々	々週の火曜日ま 市力	担軽減のため、苫小牧 ら学校給食費支援を受	○ 食物アレルギーをお持ちの方 違う場合がありますので、	徐くなど注意して食べましょう。 は、献立名が同じでも使われている材料が 月の献立表でご確認をお願いします。
, conde i D J J J inte		よくかむとだ液が出 て食べ物ののみ込みや 消化・吸収を助けます。	かむことによって出 た液の働きで、むし歯 予防します。	た () * ・ みましょう!	せんが、それ以降に	はお支払いいた	います。 Exit and in the control of t	ものには 会 会 会 に 会 会 に は 会 会 に は 会 会 に は 会 の 会 に は の 会 に は の 会 に は の 会 に は の の の の の の の の の の の の	ものは①、中学校のみ提供されるいます。 います。 いじはっき負エゾンカ級(一部は苦小牧産です。 いては客共同調理場へお問い合わせ下さい。

夜間窓口を開設 しております

6月は16日・25日です 17:00~20:00まで 支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください

口座振替の利用を お願いします

口座から引き落としは年度途中からでも可能です。自動的に口座から 引き落とされて便利です。 納付書で給食費を納めている方は、領収書を5年間保管してください。