令和6年　6月　学校給食献立表

八丈町給食センター

日	献立	血や肉になるもの	熱や力のもとになるもの	体の調子を整えるもの	その他調味料	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 小学校	中・高	
3 月	***牛乳メニュー (6月1日は世界牛乳の日)*** 牛乳　ビーンズクリームライス キャベツサラダ	牛乳,鶏肉,大豆,ひよこまめ,白いんげんﾋﾞｭｰﾚ,調理用牛乳,粉ﾁｰｽﾞ	精白米,大豆油,薄力粉	人参,玉葱,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,ｷｬﾍﾞﾂ,ｺｰﾝ缶,もやし	ﾀｰﾒﾘｯｸ,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,食塩,白胡椒,穀物酢,醤油	620 20.1 19.8 1.7	790 24.7 24 2.2	Kcal g g g
4 火	***6月4～10日は歯と口の健康週間*** 牛乳　ご飯　🦷ししゃもフライ 🦷カレーきんぴら　みそ汁	牛乳,★ししゃも,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,薄力粉,ﾊﾟﾝ粉,大豆油,つきこんにゃく,じゃがいも,上白糖,白炒りごま	人参,大根,玉葱,もやし,さやいんげん	中濃ｿｰｽ,本みりん,醤油,食塩,ｶﾚｰ粉	672 24.0 24.2 2.2	860 30 29.9 2.9	Kcal g g g
5 水	牛乳　🦷鶏ごぼうピラフ 卵とトマトのスープ レモンドレッシングサラダ	牛乳,鶏肉,ｳｲﾝﾅ,**★たまご**	精白米,大豆油,片栗粉,上白糖	にんにく,ごぼう,人参,玉葱,青ﾋﾟｰﾏﾝ,ｺｰﾝ缶,ｷｬﾍﾞﾂ,ﾄﾏﾄ缶,ﾚﾓﾝ果汁	食塩,醤油,白胡椒,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,穀物酢,ﾊﾞｼﾞﾙ	568 20.7 17.6 2.4	719 25.5 21 3.1	Kcal g g g
6 木	牛乳　🦷ごまじゃこご飯 厚揚げと大根のそぼろ煮 明日葉の海苔酢和え	牛乳,ちりめんじゃこ,豚肉,冷凍厚揚げ,厚削り,刻みのり	精白米,黒炒りごま,大豆油,上白糖,じゃがいも,片栗粉	しょうが,人参,大根,**干し椎茸**,さやいんげん,ｷｬﾍﾞﾂ,もやし,**明日葉**	醤油,穀物酢	620 25.2 20.4 1.4	790 31.6 24.8 1.8	Kcal g g g
7 金	牛乳　🦷きなこ揚げパン 具だくさんポトフ 枝豆サラダ	牛乳,きな粉,豚肉,ｳｲﾝﾅ,枝豆	ｺｯﾍﾟﾊﾟﾝ,大豆油,上白糖,じゃがいも	にんにく,人参,玉葱,ｷｬﾍﾞﾂ,さやいんげん,ｺｰﾝ缶	食塩,紙ナプキン,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,白胡椒,穀物酢,ﾊﾞｼﾞﾙ	533 20.9 29.3 2.1	672 25.8 36.8 2.7	Kcal g g g
10 月	牛乳 ピリ辛肉みそ丼 🦷根菜の豆乳みそ汁	牛乳,豚肉,大豆,赤みそ,枝豆,厚削り,油揚げ,白みそ,調製豆乳	精白米,押し麦,大豆油,上白糖,片栗粉	にんにく,玉葱,人参,ｺｰﾝ缶,大根,れんこん	醤油,本みりん,ﾄｳﾊﾞﾝｼﾞｬﾝ	608 24.0 17.3 2.0	773 30 20.6 2.6	Kcal g g g
11 火	***入梅メニュー (6月10日は入梅)*** 牛乳　梅入りゆかりご飯 ツナじゃが　大根サラダ	牛乳,厚削り,**ﾂﾅ**	精白米,大豆油,つきこんにゃく,じゃがいも,上白糖,ごま油,白炒りごま	人参,玉葱,さやいんげん,大根,きゅうり	ゆかりご飯の素(梅入り),本みりん,醤油,食塩,穀物酢	623 20.5 11.9 2.2	794 25.2 13.3 2.9	Kcal g g g
12 水	***八丈メニュー*** 牛乳　明日葉ジェノベーゼ パリパリサラダ　八丈フルーツレモンゼリー	牛乳,★ﾍﾞｰｺﾝ	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ,ｵﾘｰﾌﾞ油,ﾜﾝﾀﾝの皮,大豆油,上白糖,ごま油	**にんにく**,玉葱,ｷｬﾍﾞﾂ,**明日葉**,ｺｰﾝ缶,人参,**八丈ﾌﾙｰﾂﾚﾓﾝｾﾞﾘｰ**	ﾊﾞｼﾞﾙ,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,食塩,醤油,穀物酢	596 21.1 17.7 1.9	757 26.1 21.1 2.4	Kcal g g g
13 木	牛乳　ご飯 カジキのおろしポン酢がけ 塩こうじ野菜炒め　みそ汁	牛乳,**ｸﾛｶﾜｶｼﾞｷ**,豚肉,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,片栗粉,大豆油,上白糖	しょうが,大根,ﾚﾓﾝ果汁,人参,ｷｬﾍﾞﾂ,玉葱,白菜,えのき,さやいんげん	食塩,酒,醤油,穀物酢,本みりん,液体塩こうじ,白胡椒	652 27.5 21.1 1.6	833 34.7 25.7 2	Kcal g g g
14 金	牛乳　高菜チャーハン 豆腐とわかめのスープ 麻婆春雨	牛乳,豚肉,豆腐,ｶｯﾄわかめ,赤みそ	精白米,大豆油,上白糖,ごま油,白炒りごま,ﾗｰ油,春雨,片栗粉	しょうが,**にんにく**,人参,ねぎ,たかな漬,たけのこ,玉葱,青ﾋﾟｰﾏﾝ	醤油,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,食塩,白胡椒,酒,ﾄｳﾊﾞﾝｼﾞｬﾝ	588 20.9 16.2 2.3	746 25.8 19.1 3	Kcal g g g
17 月	牛乳 親子丼 みそ汁	牛乳,鶏肉,厚削り,**★たまご**,白みそ,赤みそ	精白米,つぶ麦,大豆油,上白糖,片栗粉	玉葱,人参,さやいんげん	本みりん,醤油	576 22.4 17.2 2.1	730 27.8 20.4 2.7	Kcal g g g
18 火	牛乳　きつねうどん 青のり豆ポテト あじさいゼリー	牛乳,厚削り,真昆布,豚肉,油揚げ,大豆,青のり,粉寒天	うどん,米油,上白糖,じゃがいも,片栗粉,大豆油	**干し椎茸**,人参,玉葱,ねぎ,小松菜,ﾌﾞﾄﾞｳｼﾞｭｰｽ,★ﾅﾀﾃﾞｺｺ	醤油,本みりん,食塩,白胡椒,ゼリーカップ	666 22.9 27.2 1.9	852 28.5 33.9 2.4	Kcal g g g
19 水	***カミカミメニュー (毎月19日は食育の日)*** 牛乳　もち麦ご飯 メジの酢豚風　切干の中華和え	牛乳,**ﾒｼﾞﾏｸﾞﾛ**	精白米,もち麦,上白糖,片栗粉,大豆油,じゃがいも,ごま油,白炒りごま	しょうが,人参,玉葱,たけのこ,**干し椎茸**,青ﾋﾟｰﾏﾝ,切干大根,きゅうり,もやし	醤油,酒,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,穀物酢	701 23.9 22.7 1.6	899 29.8 27.9 2	Kcal g g g
20 木	牛乳　ご飯　ハニーチキン 白滝と根菜の炒めもの みそ汁	牛乳,鶏肉,白みそ,豚肉,厚削り,赤みそ	精白米,はちみつ,大豆油,しらたき,上白糖,ごま油,じゃがいも	しょうが,**にんにく**,人参,れんこん,たけのこ,さやいんげん,玉葱,**生椎茸**	酒,本みりん,醤油	597 23.3 18.2 1.9	759 29 21.8 2.4	Kcal g g g
21 金	***沖縄メニュー (6月23日は沖縄慰霊の日)*** 牛乳　タコライス もずく汁　パイナップル	牛乳,豚肉,大豆,ﾐｯｸｽﾁｰｽﾞ,厚削り,豆腐,もずく	精白米,つぶ麦,大豆油,薄力粉	にんにく,ｾﾛﾘｰ,人参,玉葱,青ﾋﾟｰﾏﾝ,ｷｬﾍﾞﾂ,えのき,ねぎ,しょうが,パイン	ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ,中濃ｿｰｽ,ｳｽﾀｰｿｰｽ,ｶﾚｰ粉,ﾁﾘﾊﾞｳﾀﾞｰ,食塩,白胡椒,本みりん,醤油,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ	663 25.3 20.5 2.1	848 31.7 24.9 2.7	Kcal g g g
24 月	牛乳 カレーライス コールスロー	牛乳,鶏肉	精白米,押し麦,大豆油,薄力粉,じゃがいも,上白糖	**にんにく**,しょうが,玉葱,人参,えりんぎ,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,ｺｰﾝ缶,ｷｬﾍﾞﾂ,きゅうり,ﾚﾓﾝ果汁	ｶﾚｰ粉,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,ﾍﾞｲﾘｰﾌﾊﾞｳﾀﾞｰ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,ｳｽﾀｰｿｰｽ,醤油,ｵｰﾙｽﾊﾟｲｽ,食塩,白胡椒,穀物酢,ﾊﾞｼﾞﾙ,黒胡椒	654 20.1 21.4 1.6	835 24.7 26.1 2	Kcal g g g
25 火	牛乳　ご飯　トビ入り卵焼き ひじきと大豆の煮物 みそ汁	牛乳,**ﾄﾋﾞﾐﾝﾁ**,**★たまご**,ひじき,油揚げ,大豆,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,大豆油,上白糖,つきこんにゃく	しょうが,人参,玉葱,大根,さやいんげん	酒,食塩,醤油,本みりん	589 25.0 17.5 2.0	748 31.3 20.8 2.6	Kcal g g g
26 水	***アメリカメニュー*** 牛乳　ハンバーガー クラムチャウダー	牛乳,豚肉,ｳｲﾝﾅ,調理用牛乳,★あさり	丸ﾊﾟﾝ,ﾊﾟﾝ粉,上白糖,片栗粉,大豆油,じゃがいも,薄力粉	玉葱,ｷｬﾍﾞﾂ,人参,えりんぎ,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ	食塩,白胡椒,ｳｽﾀｰｿｰｽ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,赤ﾜｲﾝ,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ	570 24.8 25.9 2.6	722 31.1 32.2 3.4	Kcal g g g
27 木	牛乳　わかめご飯 豆腐の旨煮 アスパラのおかか和え	牛乳,豚肉,豆腐,厚削り,粉ｶﾂｵ	精白米,つぶ麦,大豆油,つきこんにゃく,上白糖,片栗粉,ごま油	しょうが,にんにく,玉葱,人参,たけのこ,えりんぎ,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,ｱｽﾊﾟﾗｶﾞｽ,ｷｬﾍﾞﾂ	食塩,醤油	567 23.4 15.2 1.9	718 29.2 17.7 2.4	Kcal g g g
28 金	***夏越メニュー (6月30日は夏越の祓)*** 夏越しご飯 メダイのすり身汁　冷凍みかん	牛乳,枝豆,粉ｶﾂｵ,厚削り,真昆布,**ﾒﾀﾞｲ**,白みそ	精白米,雑穀(五穀),薄力粉,大豆油,上白糖,片栗粉	人参,玉葱,西洋かぼちゃ,ｺｰﾝ缶,しょうが,ごぼう,大根,ねぎ,みかん	食塩,醤油,本みりん	727 22.8 22.5 2.1	934 28.4 27.6 2.7	Kcal g g g

※　都合により献立及び食材料を変更する場合があります。ご了承ください。
※　八丈産の食材には下線（＿）を引いています。
※　6月4～10日は歯と口の健康週間です。歯によいたべものに🦷のマークを付けています。

給食センターのホームページに、毎日の給食の写真をのせています。八丈産の食材や、調理風景などをのせることもあります。QRコードを読み取ってご覧ください。