

令和8年度 6月予定献立表

県立湊川高等学校

日づけ	 献立名	おもなざいりょう		
		骨や肉になる	からだの調子を整える	力や熱のもとになる
1 月	ごはん 親子煮 磯香和え コンソメスープ	とりにく たまご	たまねぎ にんじん こまつな ほうれんそう キャベツ	ごはん ぶい こんにゃく
2 火	パン 鶏肉のハニーマスタード スパゲティサラダ クリームスープ	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん ピーマン コーン	パン パスタ ジャがいも
3 水	ごはん アジの南蛮漬 コールスローサラダ みぞれ汁	アジ ぶたにく	たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ コーン だいこん こまつな	ごはん れんこん
4 木	キムチ卵とじラーメン オレンジ 小松菜とたくあんの炒め物	ぶたにく たまご	たまねぎ もやし キムチ あおねぎ こまつな にんじん たくあん オレンジ	めん
5 金	ごはん 豚カツ 大根サラダ みそ汁	ぶたにく たまご	だいこん レタス キャベツ たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ	ごはん ジャがいも
8 月	ごはん タンドリーチキン 彩りサラダ コンソメスープ	とりにく	アスパラ パプリカ キャベツ レタス たまねぎ にんじん しめじ	ごはん ジャがいも
9 火	ごはん 回鍋肉風 春雨サラダ わかめスープ	ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ にんじん きゅうり わかめ エリンギ あおねぎ	ごはん はるさめ こんにゃく
10 水	ごはん 赤魚の煮つけ ごま和え 豚汁	あかうお ぶたにく	ほうれんそう にんじん キャベツ たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ	ごはん ジャがいも
11 木	ごはん 筑前煮風 焼売 たまごスープ	とりにく がんも ぶたにく たまご	にんじん いんげん トマト たまねぎ あおねぎ	ごはん こんにゃく
12 金	ごはん 春巻き ポテトサラダ どさんこ汁	たまご ぶたにく	にんじん きゅうり もやし たまねぎ あおねぎ コーン	ごはん ジャがいも
15 月	ごはん 豚肉の生姜焼き コールスローサラダ みそ汁	ぶたにく	たまねぎ ピーマン キャベツ レタス にんじん コーン あおねぎ	ごはん ジャがいも
17 水	キムタクごはん 中華スープ ヨーグルト	ぶたにく	キムチ キャベツ にんじん たまねぎ エリンギ こまつな ヨーグルト	ごはん
18 木	ごはん メンチカツ マカロニサラダ ショウガスープ	メンチカツ とうふ	にんじん キャベツ たまねぎ こまつな	ごはん
19 金	ごはん トンテキ風 甘酢サラダ めっちゃイクスープ	ぶたにく きゅうにく	たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり にんじん パプリカ コーン	ごはん ジャがいも
22 月	ごはん サバの竜田揚げ コールスローサラダ キムチみそ汁	サバ あぶらあげ	キャベツ にんじん コーン キムチ たまねぎ だいこん	ごはん
23 火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース 煮びたし 中華スープ	とりにく あぶらあげ	こまつな にんじん たまねぎ もやし エリンギ あおねぎ	ごはん
24 水	ごはん 鯖のネギみそ焼き ナムル みそ汁	サワラ あぶらあげ	あおねぎ フロccoliリー にんじん たまねぎ	ごはん
25 木	ごはん チキンカツ ツナの酢の物 コンソメスープ	とりにく ツナ	ワカメ にんじん きゅうり もやし たまねぎ しめじ あおねぎ	ごはん ゴマ
26 金	おろしうどん 夏野菜のみそ炒め たまごや卵焼き	ぶたにく たまご とうふ	だいこん わかめ トマト キャベツ スズキニ ピーマン	ごはん ゴマ
29 月	中華丼風 焼売 ブロッコリー&トマト	ぶたにく たまご	たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ ブロッコリー トマト	ごはん こんにゃく
30 火	ごはん 唐揚げ コールスローサラダ みそ汁	とりにく とうふ	キャベツ にんじん レタス みずな たまねぎ えのき	ごはん

※物資等の都合により、献立が変更となる場合があります。

<給食たより>

今年も梅雨の季節がやってきました。雨がつつき、陽の光が恋しい時が長引きますが、
雨のジメジメに負けない強い身体をつくるために給食をいっぱい食べてください！！

