

<小学校> 6月 基本献立予定表

小山市教育委員会

献立名			栄養価				行事	
ごはん	パン	牛乳	おかず	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g		食塩相当量 g
ご飯		○	スタミナ焼き・いんげんのごまあえ 豆腐とわかめのみそ汁	639	30.0	17.6	2.4	
わかめご飯		○	きびなごのかりかりフライ・切干大根のはりはり漬け 根菜のごま汁	658	22.5	18.8	2.6	
ホットドッグ		○	よくばりスープ・	635	27.2	26.2	2.8	
ご飯		○	もろの南蛮漬 ひややっこ・にらのみそ汁	646	30.4	18.5	2.5	
ビビンバ丼		○	茎わかめのスープ はちみつレモンゼリー	690	22.4	16.6	2.5	
おやま和牛寿司		○	鰯の塩麹焼き・即席漬 花麩のすまし汁	597	27.4	18.1	2.3	わ食の日
麦ご飯		○	マーボー豆腐・バンサンスー にらまんじゅう	659	26.2	19.5	1.9	
パイン米パン		○	ウィンナーと白インゲン豆のパスタ 角切り野菜スープ	622	23.8	20.6	2.6	
ポークカレー(麦ごはん)		○	茎わかめサラダ ヨーグルト	736	21.8	21.2	2.1	
ご飯		○	豚肉とごぼうのかりん揚げ・のり和え 田舎汁	680	25.7	19.6	2.0	
ご飯		○	ヤシオマス浜漬 かんぴょうのごま酢和え ゆばたま汁 県民の日ゼリー	662	33.5	17.3	2.5	栃木県民の日
麦ご飯		○	小山市産納豆・肉じゃが キャベツのみそ汁	710	29.2	19.2	3.1	
ココア揚げ米パン		○	ポテトのチーズ煮・はとむぎ入りレタスと卵のスープ	675	25.8	30.8	2.5	
おさかな丼		○	昆布漬け 豚汁	613	22.9	17.7	1.8	
ご飯		○	ハンバーグのきのこソースかけ・粉ふきいも お豆のスープ	691	24.4	16.1	3.2	
ひじきごはん		○	厚焼き卵・梅肉和え かぶと生揚げのみそ汁	848	44.8	25.7	4.8	
ご飯		○	シイラコーリャン焼き・ブロッコリーのごま風味 ワンタンスープ	618	29.6	15.1	1.8	
チキン竜田サンド		○	ジャーマンスープ	641	28.1	26.2	1.9	
黒糖パン		○	担々うどん・揚げギョウザ にらのさっぱりナムル	667	22.8	24.3	2.5	
ご飯		○	手作りじゃこふりかけ じゃがいものそぼろ煮 小松菜のみそ汁	625	25.4	14.7	2.3	
ご飯		○	いかのチリソース 中華和え・春雨スープ	591	21.7	14.1	2.0	
ドライカレー		○	ジュリエヌスープ アセロラゼリー	663	21.9	17.0	2.2	

一口メモ



「学校給食における おやまわ食の日」

小山市では、毎月8日を「わ食の日」と定め、和食の「和」、家族団らんの「輪」、環境の「環」の3つの「わ食」を推進しています。
学校給食では、毎月8日に「学校給食における おやまわ食の日」として、主食・主菜・副菜のそろった地元の食材をとり入れた「和食」を提供しています。