



6月 学校給食予定献立表

2025年5月30日

横手清陵学院中学校

6月目標「骨や歯を丈夫にしよう」

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
ごはん 昆布の佃煮 牛乳 肉団子 ◎きんぴらごぼう 豆腐のすまし汁	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 ◎筑前煮 小松菜のみそ汁	ごはん 牛乳 ジャングレチキン 野菜とピーマンの炒め物 もやしスープ	豚丼 牛乳 ◎かみかみサラダ もずくのスープ 横手市産りんごのコンポート	親子うどん 牛乳 ◎ごぼうサラダ 青梅ゼリー
9	10	11	12	13
ごはん 牛乳 チンジャオロース もやしのナムル モロヘイヤのスープ	ごはん 牛乳 ほっけの塩焼き ひじきの煮物 具だくさんみそ汁	ごはん 牛乳 ◎ささみの黒ごまフライ 青じそサラダ あさりの中華スープ	そばろどんぶり 牛乳 ブロッコリーの和風マヨサラダ じゃがいものみそ汁	ピタパン 牛乳 タンドリーチキン コールスローサラダ ひよこ豆のスープ レモンソーダゼリー
16	17	18	19	20
ごはん 牛乳 豚肉のごまみそがけ 春雨サラダ 水菜のスープ	カレーピラフ 牛乳 アジフライマトソースがけ たまご野菜スープ	 野球定期戦のため 給食なし	かてめし ショア(ブルーベリー) みそポテト 煮ぼうとう	みそラーメン (麺、野菜炒め、スープ) 牛乳 しゅうまい ヨーグルト
23	24	25	26	27
清陵祭 振替休業日	ごはん 牛乳 チーズつくねハンバーグ 青菜のおひたし しいたけのみそ汁	ごはん 牛乳 県産豚ももかつ キャベツの梅サラダ じゅんさいのすまし汁	ごはん 牛乳 チキンカレー フレンチサラダ	米粉パン 牛乳 ほうれん草オムレツ ポークビーンズ 野菜とベーコンの豆乳スープ
30	~今月の地場産食材~ 精白米、豚肉、大豆、枝豆、卵、 じゃがいも、じゅんさい、 しいたけ、しめじ、りんご			★物資の都合及び 感染症などの流行 により献立を変更 することがあります。

**6月は
食育月間です**

6月は食育月間です。生涯にわたって健康に過ごすために食について学んでいきましょう！

今日の「食育の日」

じゅんさい

じゅんさいは、水面に葉を浮かべる水草の一種です。秋田県三種町が生産量日本一を誇ります。

かみかみ献立を提供します！

よくかんで食べることには、たくさんのよいことがあります。
6月の給食では、かみごたえのある食材が入った「かみかみ献立」を提供します。よくかんで食べることで、食材の味や固さ、食感を楽しみながら食べましょう！

かみかみ献立には「◎」がついています。確認してみよう！

