

# 6月 給食献立表

令和8年度 人吉市学校給食センター

日	曜	主食	牛乳	おかず	おかず等に使用している食品（食物アレルギー項目を含む）	食物アレルギー除去食
1	月	白ごはん (米)	牛乳	のっぺい汁 れんこんと春雨の炒め物	鶏肉 里芋 人参 ごぼう 焼き豆腐 こんにやく 油揚げ しいたけ ねぎ いりこ(だし用) 醤油 みりん でんぶ 豚肉 にんにく 生姜 豆板醤 れんこん 人参 いんげん 玉ねぎ 春雨 ごま油 酒 醤油 砂糖 油	
2	火	セルフバガー (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	コンソメスープ 照り焼きチキン レタス	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 えのき パセリ コンソメ 醤油 塩 油 鶏肉 玉ねぎ パン粉 醤油 砂糖 りんご 水あめ でん粉 油 塩 レタス	
3	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	春雨スープ シューマイ もやしナムル	春雨 ちくわ 人参 玉ねぎ しめじ わかめ しょうが 特ガラスプ 醤油 食塩 こしょう 鶏肉 豚肉 玉ねぎ しょうが にんにく チキンブイヨン ホタテエキス 小麦粉 でんぶ 砂糖 醤油 塩 大豆 もやし きゅうり ごま ごま油 醤油 砂糖 酢	
4	木	ゆかりごはん (米 麦 しそ 砂糖 酵母エキス リンゴエキス 塩)	牛乳	肉じゃが ハリハリサラダ	豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しいたけ しらたき グリビース しょうが 油 砂糖 醤油 酒 みりん 大根 昆布 人参 きゅうり 枝豆 ちくわ 醤油 酢 砂糖 ごま	
5	金	麦ごはん (米・麦)	牛乳	みそつみれ汁 菱わかめのきんぴら	白身魚団子(イトヨリ えそ 玉ねぎ 人参 でんぶ 山芋 砂糖 塩) 豆腐 じゃが芋 油揚げ 玉ねぎ ねぎ 人参 わかめ いりこ(だし用) みそ 生姜 菱わかめ ごぼう 人参 さつま揚げ ごま 油 砂糖 みりん 醤油	
8	月	梅ちりごはん (米 しらす ごま 梅 青じそ 昆布エキス)	牛乳	じゃがいものそばろ煮 青菜とちりめんの和え物	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 さつま揚げ こんにやく 厚揚げ しいたけ いんげん 油 砂糖 みりん 醤油 でんぶ キャベツ ほうれん草 人参 ちりめん わかめ ごま 醤油 砂糖 ごま油	
9	火	ココアパン (小麦粉 砂糖 ココアパウダー 油 砂糖 ショートニング 塩)	牛乳	タイピーエン ひじきと豆のサラダ	豚肉 キャベツ かまぼこ 春雨 きくらげ 人参 ねぎ しょうが 油 特ガラスプ 醤油 こしょう 塩 ひじき ちくわ キャベツ 大豆 いんげん豆 金時豆 コーン ごま 酢 砂糖 醤油 マヨネーズ 油	
10	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	マーボー豆腐 バンサンスー	豚肉 豆腐 たけのこ 玉ねぎ 人参 きくらげ ねぎ 油 ごま油 みりん 赤みそ 練りごま 砂糖 醤油 酒 豆板醤 しょうが にんにく 塩 でんぶ ハム きゅうり 春雨 醤油 酢 砂糖	
11	木	人参パン (小麦 乳 米粉 ショートニング 砂糖 マーリン 人参)	牛乳	オニオンスープ 野菜コロッケ ブロッコリーのマヨネーズ和え	ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 マカロニ パセリ コンソメ 醤油 油 塩 こしょう じゃが芋 人参 玉ねぎ コーン いんげん パン粉 小麦粉 砂糖 塩 でんぶ 油 ブロッコリー 醤油 マヨネーズ	
12	金	麦ごはん (米・麦)	牛乳	さつま汁 魚の青のりパン粉焼き キャベツのひじき和え	鶏肉 里芋 人参 大根 ごぼう 豆腐 しいたけ ねぎ こんにやく いりこ(だし用) みそ ホキ マヨネーズ 油 パン粉 青のり キャベツ 人参 しそひじき(ひじき 醤油 寒天 砂糖) 醤油	
15	月	白ごはん (米)	牛乳	厚揚げのごまみそ煮 切り干し大根の甘酢和え えごまふりかけ	鶏肉 玉ねぎ 厚揚げ にんじん こんにやく しいたけ じゃが芋 さつま揚げ いんげん 醤油 みそ ごま 砂糖 みりん 油 酒 切干大根 人参 きゅうり ちりめん 醤油 酢 砂糖 ごま コーン えごま 砂糖 かつお節 魚醤 塩 わかめ のり かぼちゃ 紫芋 アオサ 水あめ でんぶ 生姜 昆布 かつおエキス	
16	火	黒糖パン (小麦 乳 砂糖 ショートニング 黒糖)	牛乳	人吉きくらげの Pasta ツナと野菜のさっぱり和え	ベーコン スパゲティ ちりめん 玉ねぎ キャベツ 人参 きくらげ しめじ にんにく オリーブ油 醤油 みりん コンソメ 塩 こしょう ツナ キャベツ きゅうり もやし レモン果汁 醤油 砂糖	
17	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	わかめスープ ヤンニョムチキン きゅうりの即席漬け	豆腐 わかめ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 春雨 油 醤油 チキンガラスープ ごま ごま油 鶏肉 小麦粉 でん粉 酒 ガーリックパウダー 塩 こしょう 油 コチジャン ケチャップ 砂糖 みりん ごま油 きゅうり 塩昆布	
18	木	麦ごはん (米・麦)	牛乳	中華風かきたま汁 ホイコーロー	鶏肉 鶏卵 コーン 豆腐 人参 玉ねぎ きくらげ チンゲンサイ チキンガラスープ 醤油 でん粉 こしょう 油 豚肉 厚揚げ キャベツ 玉ねぎ ビーマン 赤ビーマン にんにく 生姜 トウバンジャン 赤みそ 砂糖 醤油 ごま油 酒 でん粉 油	卵 (中華風かきたま汁)
19	金	ハヤシライス 白ごはん (米)	牛乳	ハヤシライスの具 揚げじゃがいものサラダ	豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 エリンギ グリンピース ケチャップ ソース ハヤシライス(小麦粉 ラード トマトペースト オニオンパウダー 大豆 ガーリックパウダー 牛肉エキス 米粉 塩) デミグラスソース にんにく 油 じゃが芋 油 きゅうり キャベツ 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 ごま油	
22	月	白ごはん (米)	牛乳	鶏団子のスープ じゃが芋とレバーの揚げからめ	つくね(鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 にんにく かきエキス コーンスターチ 豚脂 ごま油 砂糖 醤油 塩) 春雨 玉ねぎ 人参 厚揚げ しいたけ わかめ たけのこ ねぎ 昆布 かつお節(だし用) 醤油 みりん 塩 じゃが芋 鶏レバー唐揚げ(鶏レバー でんぶ 砂糖 醤油 塩 にんにく 生姜) 枝豆 コーン ビーマン みりん 砂糖 醤油 油	
23	火	食パン (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	マカロニのクリーム煮 小松菜のサラダ りんごジャム	鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 しめじ 人参 マカロニ グリンピース 油 ポタージュースコーン(小麦粉 脱脂粉乳 豚脂 ホークエキス ホタテエキス 砂糖) チーズ スキムミルク こしょう 小松菜 キャベツ コーン ツナ(マグロ) 油 醤油 砂糖 酢 塩 こしょう りんご 砂糖 水あめ	乳 (マカロニのクリーム煮)
24	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	豆腐のみそ汁 焼き魚 ほうれん草のごま和え	豆腐 じゃが芋 油揚げ 大根 人参 わかめ ねぎ いりこ(だし用) みそ さば 塩 ほうれん草 もやし 醤油 砂糖 ごま	
25	木	揚げパン① ミルクパン (小麦 乳 砂糖 ショートニング マーガリン)	牛乳	豆乳入りコーンポタージュ ピーズとツナのサラダ	鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 コーン パセリ 油 ポタージュースコーン(小麦粉 脱脂粉乳 豚脂 ホークエキス ホタテエキス 砂糖) 特ガラスプ チーズ 豆乳 こしょう 大豆 金時豆 インゲン豆 ツナ(マグロ) きゅうり レタス 玉ねぎ ベーコン 油 酢 醤油 塩 こしょう	乳 (豆乳入りコーンポタージュ)
26	金	麦ごはん (米・麦)	牛乳	ポークカレー もやしと海藻のサラダ	豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 エリンギ ビーマン にんにく 枝豆 油 ケチャップ カレールウ(小麦粉 ラード 砂糖 加粉 牛肉エキス トマトペースト 特ガラスプ) にんにく でん粉 さつまいもパウダー 白菜パウダー キャベツパウダー ソース わかめ 昆布 もやし きゅうり 鶏肉 人参 和風ドレッシング(砂糖 醤油 玉ねぎ にんにく 赤ビーマン しいたけ 生姜 酢 塩 りんご)	
29	月	白ごはん (米)	牛乳	根菜のみそ汁 いわしおおか煮 たくあん和え	油揚げ じゃが芋 ごぼう 玉ねぎ 人参 しめじ 大根 ねぎ みそ いりこ(だし用) いわし 砂糖 醤油 みりん でん粉 かつお節 塩 キャベツ きゅうり 大根 昆布 ごま 醤油	
30	火	揚げパン② ミルクパン (小麦 乳 砂糖 ショートニング マーガリン)	牛乳	ベーコンと野菜のポトフ トマトとこんにやくのサラダ	鶏肉 ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 セロリ しめじ 大根 ブロッコリー 油 コンソメ 白ワイン 醤油 こしょう 塩 こんにやく トマト 鶏肉 レタス わかめ 酢 醤油 塩 油 ごま油	

6月の給食のお知らせ  
 ☆揚げじゃがいものサラダ(19日)  
 ☆今月のふるさとくまさんデーは「じゃが芋」です。  
 ☆揚げパン(小麦 乳 ショートニング 砂糖 黄粉 塩 油)【25日、30日】  
 ①25日→西、西瀬、中原、二中  
 ②30日→東、東間、大畑、一中、三中

☆オーエツ食品工業株式会社からの無償米提供(22日、29日)  
 品種は22日「くまさんのかがやき」、29日「もりのくまさん」です。

お知らせ(食物アレルギー関係)  
 \*ハムとベーコン、ウィンナーは卵不使用のものを使っています。  
 \*ワナズは卵不使用のものを使っています。原料の油と大豆粉には大豆が使われています。  
 \*令和5年度から、鶏卵とうすらの卵を「卵」として対応しています。

\*給食の献立や食物アレルギーに関するお問い合わせは、人吉市学校給食センター 栄養教諭(Tel 23-5052)へお願いいたします。都合により献立を変更する場合があります。