令和7年度
名護市立
名護第二給食センター
tel 52-3882

6月 献立表

天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります

献立名					
	2(月) 振替休日 6/4~6/10 歯と口の健康週間	3(火) 牛乳 魚の香草焼き / アーモンドサラダ 黒糖パン　冬瓜スープ	4(水) 牛乳 カリカリチキン / ナムル 玄米ごはん　海鮮スンドゥブ	5(木) 牛乳 黒ごまナッツクッキー / キャベツのハニーサラダ なすときのこのスパゲティ	6(金) 牛乳 手作り黒糖ビーンズ 鶏ごぼう丼　豆腐のみそ汁
	9(月) 牛乳 くだもの 魚の天ぷら / モーイのウサチー くふぁじゅうしい 5月ウマチー献立	10(火) 牛乳 ミニケチャップ スクランブルエッグ / グリーンサラダ コッペパン　白花豆スープ セルフサンドを作ろう	11(水) 牛乳 ヨーグルトケーキ / たらもサラダ 麦ごはん　ハヤシライス	12(木) 牛乳 芋くじ天ぷら / 赤うりとくらげの和え物 塩焼きそば	13(金) 牛乳 ナタデココ入りフルーツ和え 冬瓜のそぼろ丼　にらたまスープ
	16(月) 牛乳 青うめゼリー いわしの甘露煮 / 小松菜の白和え あじさいごはん	17(火) 牛乳 はちみつ しめじサラダ / 照り焼きチキン なかよしパン　グリーンスープ	18(水) 牛乳 シューマイ / チンジャオロース 麦ごはん　おくらと卵のスープ	19(木) 牛乳 バナナ ちくわのオーブン焼き / 野菜のツナ和え キムチ焼きうどん	20(金) 牛乳 県産パイン ゴーヤーチャンプルー / アンダンスーウム(芋) ぼろぼろじゅうしい
	残量調査週間（6/16～6/20まで）				慰霊の日献立
	23(月) 慰霊の日	24(火)大宮中欠食 牛乳 ビーンズコブサラダ メロンパン　ポトフ	25(水) 牛乳 魚の梅みそ焼き / ひじきの炒り煮 麦ごはん　けんちん汁	26(木) 牛乳 ほうれん草の皮なしキッシュ スパゲティミートソース　イタリアンサラダ	27(金) 牛乳 キョンダン ビビンバの具（肉・野菜・卵） 麦ごはん　ミヨックク
	30(月) 牛乳 くだもの 茎わかめの中華和え / きびなごのチリソースかけ 中華風炊き込みご飯	食は生きる上での基本です 毎年6月は食育月間 世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、さまざまな問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17（2005）年６月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。			今月の給食に使用する名護市産の食材 卵・鶏肉・玉ねぎ きゅうり・赤うり とうがん・にら シークヮーサー果汁

学校給食に関する問い合わせ　：　名護市教育委員会　総務課　学校給食係　☎　53－1212（内線130番）

2025 6月 詳細献立表

名護第二給食センター

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その際は学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

日／曜日		献立名	3つのグループの働きと使用食材名 おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	調味料・だしなど
3／火		黒糖パン			黒糖パン（小麦　乳　大豆）	
	牛乳	冬瓜スープ	ベーコン（豚　大豆　卵　乳）白いんげん豆	冬瓜　玉ねぎ　人参　パセリ		塩　こしょう　薄口醤油　鶏だし骨
		魚の香草焼き	シルバー　チーズ（乳）	バジル粉	オリーブ油　パン粉（小麦　大豆）	塩　こしょう
		アーモンドサラダ	ツナ(大豆)	キャベツ　人参　きゅうり　レモン果汁	三温糖　アーモンド	塩　ドレッシング（大豆　りんご）
4／水		玄米ごはん			米　玄米	
	牛乳	海鮮スンドゥブ	ゆし豆腐　あさり　卵　赤魚	白菜　長ねぎ　えのき　にんにく	ごま油　三温糖	豚だし骨　醤油　酒　コチジャン（大豆）
		カリカリチキン	鶏肉	にんにく	小麦粉　でん粉　コーンフレーク パン粉（小麦　大豆）　油	塩　こしょう
		ナムル		大根　パパイヤ　人参　きゅうり　小松菜	三温糖　ごま油　ごま	醤油　塩
5／木		なすときのこのスパゲティ	鶏肉　チーズ(乳)	なす　人参　ピーマン　しめじ エリンギ　トマト缶　にんにく	スパゲティ(小麦)　こめ油	塩　ケチャップ　デミグラスソース こしょう
	牛乳	黒ごまナッツクッキー	卵		小麦粉　グラニュー糖　バター(乳) アーモンド　くるみ　ごま	ベーキングパウダー
		キャベツのハニーサラダ		キャベツ　赤ピーマン ブロッコリー　コーン	じゃがいも　はちみつ	粒入りマスタード シーザーサラダドレッシング(卵　乳　大豆　りんご)
6／金		麦ごはん			米　麦	
	牛乳	鶏ごぼう丼	鶏肉	ごぼう　玉ねぎ　人参 絹さや　こんにゃく　きくらげ	ごま　三温糖　こめ油　でん粉	醤油　みりん　塩
		豆腐のみそ汁	豆腐　わかめ　赤みそ　白みそ	大根　えのき		かつお節
		手作り黒糖ビーンズ	大豆		黒糖　三温糖	
9／月		くふぁじゅうしぃ	豚肉　もずく　ちき揚げ　大豆	干し椎茸　人参　葉ねぎ	米　麦　こめ油	醤油　塩　みりん　豚だし骨
	牛乳	魚の天ぷら	シルバー　卵	イーチョーバー	小麦粉　油	塩
		モーイのウサチー	イカ　白みそ	赤うり　きゅうり	ごま　三温糖	特濃酢
		くだもの		パッションフルーツ		
10／火		コッペパン			コッペパン(小麦　乳　大豆)	
	牛乳	白花豆スープ	鶏肉　牛乳　白花豆	人参　しめじ　白いんげん	じゃが芋　バター（乳）　小麦粉	鶏だし骨　塩　こしょう
		スクランブルエッグ	卵	玉ねぎ　パセリ	こめ油	塩　こしょう
		グリーンサラダ	ちくわ	キャベツ　きゅうり　インゲン　コーン	三温糖	特濃酢　ドレッシング（28品目無し）
		ミニケチャップ				ケチャップ
11／水		麦ごはん			米　麦	
	牛乳	ハヤシライス	牛肉	にんにく　人参　玉ねぎ　インゲン セロリ　マッシュルーム　トマトピューレ	こめ油　アーモンド　三温糖	赤ワイン　鶏だし骨　ウスターソース　デミグラスソース ハヤシルウ（小麦　大豆）チャツネ（りんご）
		たらもサラダ	とりささみ　たらこ	ミックスベジタブル	ポテト　ノンエッグマヨネーズ	乾燥たらこ（大豆）　塩　こしょう
		ヨーグルトケーキ	ヨーグルト（乳）　脱脂粉乳（乳）　卵	シークヮーサー果汁　ブルーベリー	小麦粉　グラニュー糖　バター（乳）	ベーキングパウダー
12／木		塩焼きそば	豚肉	キャベツ　もやし　人参　小松菜　きくらげ	中華めん(小麦　大豆)　ごま油	塩　醤油　こしょう
	牛乳	芋くじ天ぷら	芋くじ天ぷら(28品目なし)　サラダ油			
		赤うりとくらげの和え物	中華くらげ（小麦　乳　大豆）　わかめ	赤うり　きゅうり　赤ピーマン	三温糖　ごま油	薄口醤油　特濃酢
13／金		麦ごはん			米　麦	
	牛乳	冬瓜のそぼろ丼	豚肉	冬瓜　玉ねぎ　人参　コーン　葉ねぎ　しょうが	こめ油　でん粉	醤油　みりん　塩　ポークブイヨン（鶏　豚）
		にらたまスープ	卵　絹豆腐　もずく	にら	でん粉	塩　薄口醤油　料理酒　みりん　かつお節
		ナタデココ入りフルーツ和え		ナタデココ　みかん缶　パイン缶　ぶどう缶	グラニュー糖	白ワイン
16／月		あじさいごはん	あお豆	人参　玉ねぎ	米　麦　黒米　紅芋　こめ油	カリカリ梅　塩　薄口醤油　みりん　料理酒　鶏だし骨
	牛乳	いわしの甘露煮	いわしの甘露煮（小麦　大豆）			
		小松菜の白和え	ツナ（大豆）　豆腐　白みそ	小松菜　人参　糸こんにゃく	三温糖	塩
		青うめゼリー	青うめゼリー（２８品目なし）			
17／火		仲良しパン			仲良しパン（小麦　乳　大豆）	
	牛乳	グリーンスープ	ベーコン（豚　大豆　卵　乳） 牛乳　脱脂粉乳（乳）	グリンピース　玉ねぎ　セロリ	じゃがいも　小麦粉　バター（乳）　こめ油	塩　こしょう　鶏だし骨　ローレル
		照り焼きチキン	鶏肉	にんにく	三温糖	醤油　みりん　塩
		しめじサラダ	オーシャンキングほぐし身	人参　小松菜　キャベツ　しめじ	ごま油　アーモンド	塩　醤油
		はちみつ			はちみつ	
18／水		麦ごはん			米　麦	
	牛乳	おくらと卵のスープ	卵	玉ねぎ　おくら　えのき		醤油　塩　こしょう　料理酒　かつお節
		シューマイ	シューマイ(豚肉　鶏肉　大豆　小麦　乳)			
		チンジャオロース	豚肉	ピーマン　人参　たけのこ　しょうが	じゃがいも　こめ油　三温糖　ごま油　でん粉	醤油　オイスターソース　塩　料理酒
19／木		キムチ焼きうどん	豚肉　油揚げ	玉ねぎ　人参　白菜 白菜キムチ(小麦　りんご　大豆　さば)	うどん(小麦)　こめ油	キムチ味(りんご　大豆)　醤油　塩　みりん
	牛乳	ちくわのオーブン焼き	ちくわ　チーズ(乳)　糸けずり　牛乳	パセリ	ノンエッグマヨネーズ	
		野菜のツナ和え	ツナ(大豆)　わかめ	赤うり　大根　きゅうり	三温糖	醤油　酢
		バナナ		バナナ		
20／金		ぼろぼろじゅうしぃ	ツナ(大豆)	白菜　人参	米　麦	醤油　塩　かつお節
	牛乳	ウム（芋）			さつま芋	
		アンダンスー(味噌)	赤みそ　白みそ		こめ油　三温糖	
		ゴーヤチャンプルー	豆腐　豚肉　卵	にがうり　玉ねぎ　人参	こめ油	塩　こしょう　醤油
		パイン		パイン		
24／火		手作りメロンパン	牛乳		パン（小麦　乳　大豆）バター（乳） ケーキミックス（小麦　乳　大豆）　三温糖	
	牛乳	ポトフ	ウインナー（鶏　豚）	人参　玉ねぎ　白菜	じゃが芋	薄口醤油　塩　こしょう　鶏だし骨
		ビーンズコブサラダ	ミックスビーンズ	ブロッコリー　レモン果汁	さつま芋　アーモンド　三温糖 ノンエッグマヨネーズ　ごま	ケチャップ　塩　こしょう　ガーリックパウダー
25／水		麦ごはん			米　麦	
	牛乳	けんちん汁	豆腐	大根　人参　ごぼう　葉ねぎ	里芋　ごま油	塩　薄口醤油　醤油　料理酒　みりん　かつお節
		魚の梅みそ焼き	バサ　赤みそ　白みそ	梅肉（りんご　大豆）	三温糖　ごま	みりん　料理酒
		ひじきの炒り煮	ひじき　豚肉　大豆　ちき揚げ	人参　切干大根　こんにゃく	こめ油　三温糖	醤油　塩　みりん　料理酒
26／木		スパゲティミートソース(めん)		パセリ	スパゲティ(小麦)　オリーブ油	塩
	牛乳	スパゲティミートソース(ソース)	牛肉　豚肉　豚レバー　大豆	玉ねぎ　人参　にんにく　トマト缶	三温糖　こめ油	デミグラスソース　ケチャップ ウスターソース　赤ワイン　塩
		ほうれん草の皮なしキッシュ	卵　生クリーム（乳）チーズ（乳） ベーコン（豚　大豆　卵　乳）豆乳	コーン　ほうれん草　玉ねぎ 赤ピーマン	こめ油	塩　こしょう　コンソメ（牛肉　大豆）
		イタリアンサラダ	ハム（豚　乳　大豆　卵）	大根　きゅうり　黄ピーマン　赤玉ねぎ　コーン		黒オリーブ　ドレッシング(大豆　りんご)
27／金		麦ごはん			米　麦	
	牛乳	ビビンバ(肉)	豚肉	ぜんまい　にんにく	三温糖　ごま油	醤油　みりん　料理酒　トウバンジャン
		ビビンバ(野菜・卵)	錦糸卵（卵）	ほうれん草　もやし　人参	ごま油　ごま	塩　醤油
		ミヨックク（わかめスープ）	わかめ　絹豆腐	大根　葉ねぎ		醤油　塩　こしょう　料理酒　みりん　鶏だし骨
		キョンダン(白玉だんご)	きな粉（大豆）		白玉だんご（大豆）グラニュー糖	
30／月		中華風炊き込みご飯	白かまぼこ　しらす	人参　小松菜　干し椎茸　長ねぎ	米　麦　こめ油　ごま油	塩　醤油　みりん　粉かつお
	牛乳	きびなごのチリソースかけ	きびなご		でん粉　油　三温糖	塩　こしょう　料理酒　ケチャップ　醤油　豆板醤
		茎わかめの中華和え	茎わかめ	キャベツ　もやし　きゅうり　人参	ごま油　三温糖　ごま	醤油　塩　特濃酢
		くだもの		すもも		

※予定詳細献立表は食品表示法に定められている28品目**(乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・松茸・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド)**の表示をしています。

※サラダ油(**大豆**)は揚げ調理で複数回の調理に使用します。 ※もやし・えだまめ・あお豆の原料は**大豆**です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、あさり等の二枚貝、しらす等の小魚には、**いか・えび・かに**の種魚が混入していることがあります。

《よく使用する調味料のアレルギーの一覧》
①醤油・薄口醤油（小麦　大豆）　②酢（小麦）　③ウスターソース(大豆　りんご)　④カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・豚肉)　⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口白みそ・油揚げ・厚揚げ(大豆)
⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉)　⑦マーガリン(乳・大豆)　⑧バター(乳)　⑨ごま油(ごま・大豆)　⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆)　⑪鶏だし骨(鶏肉・卵)　⑫豚だし骨(豚肉)