



6月給食だより

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。



毎月19日は
食育の日！
19日は子ども達と
食卓を囲んで、家庭で

こんだて	1(月) キャロット クッキー 冬瓜とささみの 甘酢和え 沖縄塩 焼きそば	2(火) かみかみ ビーンズ キャベツの おかか和え 麦ごはん 肉豆腐	3(水) みかん もやしと豆腐の ごま和え ゴーヤーチップス クファジュシー	4(木) 白菜の ごま酢和え 千草焼き 手作りふりかけ 麦ごはん 具たくさん みそ汁	5(金) ココナッツ ミルクもち ポテトとハムの サラダ ナン ダールカレー
こんだて	8(月) 欠食：大宮小・大宮幼 みかん はりはり漬け 野菜コロッケ カミカミ 高菜チャーハン	9(火) 黒糖アガラサー パパイヤイリチー ゆかり ごはん 冬瓜と鶏肉の みそ汁	10(水) ごま菓子 ブロッコリー サラダ 根菜のボロネーゼ スパゲッティ	11(木) ひじき イリチャー いわしの梅煮 麦ごはん けんちん汁	12(金) ブロッコリーと コーンサラダ ポテトのチーズ がらめ コッペパン ABCスープ
こんだて	15(月) みかん 中華春雨 サラダ 肉だんご 豚肉としめじの 炊き込みご飯	16(火) 納豆みそ ゴーヤーの たまごとじ 麦ごはん 冬瓜と 厚揚げの煮物	17(水) 抹茶ケーキ 大根のおかか 和え 中華海鮮 焼きそば	18(木) 欠食：屋部幼 タマナー スーナー 角切り大根 イリチャー 五穀ごはん イナムドウチ 『郷土料理の日献立』	19(金) 欠食：大宮幼 型抜きチーズ すいか 白身魚の 天かす焼き なかよしパン チリーン ビーンズ
こんだて	22(月) みかん イカたっぷり 小判揚げ 紅芋の 白玉だんご ポロポロ ジュシー 『慰霊の日献立』	23(火) 「慰霊の日」 沖縄戦が終結した日 として、沖縄県では 公休日となっています。 「戦没者を慰め、 今後の平和を祈る 日」とされています。	24(水) ゴーヤー オムレツ スパゲティ ツナサラダ もも缶 ガーリック きのこピラフ	25(木) 大豆とアーモンドの ごまからめ モーウィと春雨の サラダ 麦ごはん マーボー ヘチマ	26(金) キャベツサラダ ウインナーの ソースかけ コッペパン マッシュルーム スープ
こんだて	29(月) カップでヤクルト 大根とわかめの 和え物 沖縄そば麺 肉やさい そば(具)	30(火) デークニイリチー さばの塩焼き 鶏肉とじゃが芋 麦ごはん のおつゆ	6月は 食育月間 未来へつながる 食を考えよう 私たちが生きてく上で欠かすことのできない「食べる」こと。毎日を元気に生きいきと暮らすためには、何をどのように食べるかがとても重要です。また、これからも安心して食料を得られるように、未来へつながる「食」について考えることも大切です。6月は国が定める「食育月間」です。食べことをあらためて見直し、できることから取り組んでみませんか？		※なご産(県産)食材※ 6月の食材 じゃが芋 しめじ 胡瓜 キャベツ 冬瓜 紅芋 ピーマン ゴーヤー たまご もずく すいか パパイヤ ウーヅパウダー 給食では、名護市内や県産、 地元食材を中心に活用し、給 食提供に努めています。

2026年 6月 詳細献立表 屋部学校給食センター					
★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。その時は、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
1／月	沖縄塩焼きそば	豚肉 かまぼこ	ニンニク 生姜 木くらげ キャベツ 人参 もやし ニラ	沖縄そば(小麦)大豆油 三温糖	醤油 オイスターソース シママース こしょう
	キャロットクッキー		人参 ドライフルーツ	小麦粉 グラニュー糖 大豆油	ベーキングパウダー シママース
	冬瓜とささみの甘酢和え	とりささみ	冬瓜 人参 胡瓜	三温糖 こま油	醤油 酢
2／火	麦ごはん			米 麦	
	肉豆腐	豚肉 豆腐	ニンニク 玉葱 人参 ニラ しいたけ	春雨 三温糖 こま油 かたくり粉	醤油 オイスター みりん シママース 豚だし骨
	カミカミビーンズ	大豆 カリゆめん		三温糖	醤油
	キャベツのおかか和え	油揚げ 糸けずり	キャベツ 人参 胡瓜 こんにゃく	三温糖	醤油 酢
3／水	クープジュシー	豚肉 昆布 油揚げ かまぼこ	しいたけ 人参 ねぎ	米 麦 大豆油	醤油 シママース 料理酒 みりん 花かつお 豚だし骨
	ゴーヤーチップス		ゴーヤー	小麦粉 揚げ油 かたくり粉	シママース
	もやしと豆腐のごま和え	ツナ(大豆) 豆腐	もやし 胡瓜 木くらげ	三温糖 こま こま油	醤油 酢
	くだもの		みかん		
4／木	麦ごはん			米 麦	
	具たくさんみそ汁	豚肉 豆腐 みそ	しいたけ キャベツ もやし 人参 小松菜		花かつお
	千草焼き	たまご 乳 大豆 鶏肉		小麦	
	手作りふりかけ	しらす 糸削り 青のり		こま 三温糖	ゆかり粉 醤油 みりん
	白菜とごま酢和え	ちくわ	白菜 人参 こんにゃく	グラニュー糖 こま こま油	醤油 酢
5／金	ナン			ナン(小麦)	
	ダールカレー	豚ひき肉 大豆 白花豆	にんにく 生姜 人参 玉葱 トマト	大豆油 かたくり粉	カレー粉 カレーブレイク ウスター ケチャップ フルーツチャツネ(りんご)シママース 豚だし骨
	ポテトとハムのサラダ	ハム(鶏 豚 大豆)	玉葱 胡瓜 コーン	じゃが芋 ノンエッグマヨ 三温糖	醤油
8／月	ココナッツミルク	豆乳(大豆)	みかん缶 ココナッツミルク	グラニュー糖 だんご(大豆) かたくり粉	
	カミカミ高菜チャーハン	豚肉 しらす	人参 玉葱 たけのこ しいたけ 高菜(大豆)	米 麦 大豆油 こま油	醤油 シママース こしょう 豚だし骨
	野菜コロッケ	野菜コロッケ(小麦 乳 大豆) 揚げ油			
9／火	はりはり漬け		切干大根 胡瓜 人参 こんにゃく	三温糖 こま油 こま	醤油 キムチの素(イカ りんご 大豆)
	くだもの		みかん		
	わかめごはん	わかめ		米 麦	
10／水	冬瓜と鶏肉のみそ汁	鶏肉 みそ	しいたけ 冬瓜 人参 小松菜		料理酒 花かつお
	ハバイヤイリチー	油揚げ(大豆)チキアギ	ハバイヤ 人参 ニラ	大豆油	シママース こしょう 醤油 みりん かつおだし汁
	黒糖アガラサー	豆乳(大豆)	ウーヅパウダー	小麦粉 粉末黒糖 砂糖	ベーキングパウダー
11／木	根菜のボロネーズバゲティ	牛ひき肉 大豆	ニンニク ウーヅパウダー ごぼう 人参 トマト れんこん 玉葱	ス(麺(小麦)大豆油	シママース ケチャップ テミグラソース ウスター シママース
	ごま菓子		レーズン	ごま アーモンド マーガリン マッシュロ(ゼラチン) コーンフレーク チョコクリスピー(乳 大豆)	
	ブロッコリーサラダ	ハム(鶏 豚 大豆)	ブロッコリー 人参 胡瓜 コーン缶	三温糖	酢 醤油 シママース バジル粉
12／金	麦ごはん			米 麦	
	けんちん汁	豚肉 豆腐	大根 人参 こんにゃく ごぼう 長ネギ		花かつお シママース 醤油
	いわしの梅煮	いわしの梅煮(小麦 大豆)			
13／土	ひじきイリチャー	ひじき ちくわ 油揚げ 青豆	切干大根 こんにゃく 人参	大豆油 三温糖	醤油 みりん かつおだし汁
	コッペパン			コッペパン(小麦 乳 大豆)	
	ABCスープ	鶏肉	玉葱 人参 キャベツ トマト ニンニク パセリ乾	マカロニ(小麦)	テミグラソース 醤油 シママース こしょう 豚だし骨
14／日	ポテトのチーズがらめ	ベーコン(豚 大豆) チーズ(乳)	玉葱 パセリ乾	じゃが芋 大豆油 三温糖	醤油 シママース こしょう
	ブロッコリーとコーンサラダ	ハム(鶏 豚 大豆)	ブロッコリー 人参 胡瓜 コーン缶	三温糖 ノンエッグマヨ	酢 醤油 シママース
15／月	豚肉としめじの炊き込みご飯	豚肉 大豆 油揚げ	しめじ 人参 ねぎ	米 大豆油 三温糖	醤油 みりん シママース 花かつお 料理酒
	肉だんご ケチャップ味	肉団子(鶏 豚 小麦 大豆 こま りんご)			
	中華春雨サラダ	オーシャンキング	キャベツ 胡瓜 もやし	春雨 こま グラニュー糖 こま油	醤油 酢
16／火	くだもの		みかん		
	麦ごはん			米 麦	
	冬瓜と厚揚げの煮物	鶏肉 豆腐	しいたけ 冬瓜 人参 小松菜 こんにゃく	三温糖	醤油 みりん シママース 花かつお
17／水	ゴーヤーのたまごとし	たかご 豆乳 コンビーフ(牛)	ゴーヤー 玉葱	大豆油 かたくり粉	醤油 みりん こしょう シママース
	納豆みそ	納豆 味噌 糸けずり		三温糖 大豆油	醤油
18／木	中華海鮮やきそば	豚肉 イカ エビ あさり あおのり粉	キャベツ 人参 玉葱 もやし 木くらげ	沖縄そば(小麦)大豆油	オイスター 醤油 ウスター シママース こしょう 料理酒
	抹茶ケーキ	豆乳 小豆	ウーヅパウダー	小麦粉 米粉 グラニュー糖 大豆油	抹茶 ベーキングパウダー
	大根のおかか和え	ちくわ 糸けずり	大根 人参 胡瓜	三温糖 こま油	醤油 酢
19／金	五穀ごはん			米 麦 五穀米	
	イナムドッチ	豚肉 かまぼこ 油揚げ 味噌	こんにゃく 大根 しいたけ		花かつお シママース
	角切り大根イリチャー	昆布 油揚げ 豚肉	角切り大根 こんにゃく 人参	大豆油 三温糖	醤油 みりん かつおだし汁
20／土	タマネースーネー	ツナ 豆腐 みそ	キャベツ もやし 人参 木くらげ	三温糖 こま こま油	醤油 酢
21／日	なかよしパン			なかよしパン(小麦 乳 大豆)	
	チリビーンズ	豚ひき肉 大豆 チーズ	にんにく 玉葱 人参 ピーマン トマト	じゃが芋 かたくり粉 大豆油	ハヤシル(小麦 大豆 牛)チミソース ケチャップ チリパウダー カレー粉 シママース 豚だし骨 ウスター
	白身魚の天かす焼き	ハンガシウス 青のり粉		大豆油 パン粉(小麦) 天かす(小麦)	シママース こしょう
22／月	くだもの		すいか		
	型抜きチーズ	チーズ(乳)			
	ボロボロジュシー	もずく ツナ みそ	大根 人参 しいたけ 小松菜	米 麦 大豆油	シママース 花かつお
23／火	イカたっぷり小判安芸	イカたっぷり小判揚げ(イカ 大豆) 揚げ油			
	紅イモの白玉だんご	牛乳	シークワーサー果汁	紅イモ だんご(大豆)グラニュー糖 大豆油	シママース
	くだもの		ネーブル		
24／水	ガーリックきのこピラフ	ハム(鳥 豚 大豆) 大豆	人参 玉葱 木くらげ しめじ マッシュルーム ニンニク パセリ乾	米 麦 大豆油	醤油 シママース こしょう 豚だし骨
	ゴーヤーオムレツ	たかご コンビーフ(牛)	ゴーヤー 玉葱	ノンエッグマヨ	ケチャップ シママース
	スバゲティサラダ	ツナ	キャベツ きゅうり	ス(麺(小麦) ノンエッグマヨ 三温糖	醤油
25／木	くだもの		もも缶		
	麦ごはん			米 麦	
	マーボーへちま	豆腐 豚ひき肉 大豆 みそ	へちま 玉葱 人参 木くらげ にら ニンニク ショウガ	大豆油 三温糖 かたくり粉	テンメシジャン(小麦 大豆 こま)豆板醤(大豆) オイスター 醤油 シママース
26／金	大豆とアーモンドのごまがらめ	大豆		アーモンド 三温糖 こま	醤油
	モーイと春雨サラダ	オーシャンキング	赤うり きゅうり もやし	春雨 グラニュー糖 こま油	酢 醤油
27／土	コッペパン			コッペパン(小麦 乳 大豆)	
	マッシュルームスープ	鶏肉 白花豆 スキムミルク	しめじ 人参 玉葱 パセリ乾 マッシュルーム	じゃが芋	ホワイトルー(小麦 乳 大豆 牛 鶏)シママース こしょう 豚だし骨
	ウインナーのソースかけ	ウインナー(小麦 牛 豚)		三温糖 かたくり粉	ケチャップ テミグラスソース ウスター
28／日	キャベツサラダ	チーズ(乳)	キャベツ 胡瓜 コーン 人参	ノンエッグマヨ グラニュー糖	酢 醤油
29／月	肉やさいそば 麺			沖縄そば(小麦)	
	肉やさいそば 具	豚肉 かまぼこ	人参 もやし キャベツ ねぎ しょうが		醤油 みりん シママース 花かつお 豚だし骨 料理酒
	大根とわかめの和え物	わかめ ちくわ	大根 きゅうり 人参	三温糖 こま油	醤油 酢
30／火	カップでヤクルト	カップでヤクルト(乳 ゼラチン)			
	麦ごはん			米 麦	
	鶏肉とじゃが芋の味噌汁	鶏肉	ニンニク しょうが しいたけ 人参 ねぎ	じゃが芋	シママース 醤油 花かつお 料理酒
31／水	さばの塩焼き	さば			料理酒 シママース こしょう
	デークニイリチー	ツナ 油揚げ	大根 人参 にら	大豆油 三温糖	醤油 みりん シママース かつおだし汁

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています。
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・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・もも・やまいちも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド・マカデミアナッツの表示をしています。
※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。※もやし・枝豆・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、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、**いか・えび・かに**の稚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・特濃酢・ワビ(小麦) ③かつお(大豆・りんご) ④か-ル(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆) ⑥デミ(小麦・鶏肉) ⑦マーガ(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨こま油(こま・大豆) ⑩ワエツマ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉・)