

令和7年度



6月予定献立表

箸を忘れずに
持ってきてましょう！！

岩沼市立岩沼西中学校

月	火	水	木	金
2 振替休業日	3 振替休業日	4 中総体予備日 お弁当の日 	5 中総体予備日 お弁当の日 	6 このマークは 噛み応えのある料理です。 よく噛んで食べましょう！ ごはん 豚肉のかりん揚げ 厚揚げのカレー煮 ひきな汁 858/34.8/26.1/2.6
6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。 よく噛んで食べると 唾液がたくさん出て、 むし歯になりにくく なります！ 				
9 ごはん 森林鶏の 特製オニオン ソース キャベツの梅あえ 根菜のみそ汁 769/30.1/23.2/2.5	10 米粉きなこパン 白身魚フライ デミグラスソース コーンじゃが 大麦入り トマトスープ 832/32.6/28.9/3.3	11 ごはん 四川豆腐 ギョウザ(2個) もやしのピリ辛あえ チーズ 877/35.2/30.9/3.4	12 バターロールパン 県産いちごジャム 小松菜入りオムレツ 切り干し大根のサラダ マカロニ入り 野菜スープ レモンタルト 785/26.2/29.0/4.2	13 ごはん さばの竜田揚げ おろし煮 ごぼうサラダ 八杯汁 865/27.2/20.7/2.7
16 陸上大会 応援メニュー ごはん 県産豚のみそかつ 小松菜のおひたし 米麺のあんかけ汁 810/26.9/22.2/3.3	17 米粉パン ベーコンと小松菜の ペペロンチーノ せん切りサラダ オレンジ ココア牛乳の素 802/36.9/19.6/2.7	18 食育の日 メニュー ごはん 油麩井の具 グリーンサラダ うーめん汁 ヨーグルト 787/25.6/19.5/2.7	19 給食なし 仙台南地区 陸上大会  ★数字は、エネルギー/たんぱく質/脂質/塩分を表します	20 ごはん 県産ぶりの照り焼き 小松菜のごま和え みそ米粉ワントン スープ 770/27.4/22.1/2.5
23 ごはん ガパオライスの具 春雨サラダ 豆腐のスープ 785/31.5/24.8/2.5	24 ミルクパン ハニーマスタード チキン カラフル和風サラダ コーン クリームスープ 757/37.7/27.5/3.6	25 ごはん あじの香味焼き すき昆布の煮物 具だくさん豚汁 青うめゼリー 751/31.8/17.7/2.5	26 減塩ソフトパン スパゲティ・アル・ポモドーロ 茎わかめカツ りっちゃんの 元気サラダ 863/28.9/25.9/3.6	27 麦ごはん ポークカレー かみかみサラダ フロゼンヨーグルト 826/30.0/19.3/3.5
30 ごはん 豚丼の具 ツナときゅうりの サラダ けんちん汁 721/29.3/20.2/3.0	6月は「食育月間」です 食育基本法により毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」とされています。今月は、宮城県産や岩沼市産の食材をより多く献立に取り入れています。 今月の給食目標：梅雨時の健康と衛生に気をつけよう ・給食前には手をしっかり洗い、ハンカチで拭きましょう！ ・配膳台は、衛生的に管理しましょう！ ・給食当番は、身支度を整えて安全に配膳しましょう！			今月の地場産品 きゅうり・小松菜・ 玉ねぎ・米粉パン・ 米粉麺・米粉ワントン 

※都合により、献立を変更する場合があります。牛乳は毎日つきます。