



令和7年度 6月給食献立予定表

秋吉学校給食共同調理場

日	曜	献立名	主 な 材 料						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 食塩相当量(g)	
			<赤>体をつくる		<緑>体の調子をとどめる		<黄>熱や力になる		秋吉小	秋芳中
			1群 牛乳 魚・肉・卵 豆・豆制品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂		
2	月	 【6月1日 牛乳の白】カルシウムやタンパク質が豊富な牛乳です 								
		ミルクパン	県産牛乳			ミルクパン		624	775	
		かぼちゃのポターージュ	ベーコン	県産牛乳	かぼちゃ にんじん	たまねぎ	生クリーム シチュールウ	26.9	32.8	
		カリフラワーのサラダ			ブロッコリー	カリフラワー キャベツ	ドレッシング	3.1	3.8	
3	火									
		麦ごはん		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦	589	749	
		豚キムチ	ぶた肉 厚揚げ			たまねぎ もやし キムチ	油	26.1	32.2	
		だまこもち入りみそ汁	豆腐 油揚げ 市内産みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ	だまこもち	1.7	2.3	
4	水	 【歯と口の健康週間 6月4日～6月10日 よくかむ食べ物とカルシウムが多い食品を使います】 								
		よくかむ食品:押し麦・メンチカツ・萋わかめ カルシウムを多く食品:牛乳・萋わかめ								
		麦ごはん 萋わかめあえ		県産牛乳 萋わかめ	にんじん	キャベツ もやし	市内産米 市内産押し麦 砂糖	579	737	
		よくかむメンチカツ	メンチカツ				揚げ油	20.1	24.2	
		のっぺい汁	油揚げ		にんじん ねぎ	白菜 だいこん ごぼう	里いも こんにゃく	1.6	2.0	
5	木	 【歯と口の健康週間 2日目】 								
		よくかむ食品:蒸しパン・しめじ カルシウムが多い食品:牛乳・わかめ								
		さつまいもの蒸しパン		県産牛乳			さつまいも 蒸しパンミックス	666	827	
		スパゲティナポリタン	ウイナー 秋吉台高原牛		にんじん トマト	たまねぎ しめじ	スパゲティ	21.7	26.1	
		ツナサラダ	まぐろ水煮	わかめ	にんじん	キャベツ	ドレッシング	1.8	2.3	
6	金	 【歯と口の健康週間 3日目】 								
		よくかむ食品:枝豆・押し麦・たくあん カルシウムが多い食品:牛乳・わかめ・いわし								
		枝豆わかめごはん		県産牛乳 わかめ	枝豆		市内産米 市内産押し麦	566	734	
		いわしおかが煮 たくあんあえ	花かつお	いわし	にんじん	もやし キャベツ たくあん	砂糖	25.3	31.9	
		なめこのみそ汁	豆腐 油揚げ 市内産みそ		にんじん ねぎ	なめこ 白菜 だいこん		2.6	3.3	
9	月	 【歯と口の健康週間 4日目】 								
		よくかむ食品:コッパン・大豆・たけのこ カルシウムが多い食品:牛乳・ヨーグルト								
		ミートパン	秋吉台高原牛 ぶた肉 大豆 大豆 ミート レンス豆	県産牛乳	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ	県産コッパン		866	
		夏野菜のポトフ	とり肉		にんじん パセリ	たけのこ キャベツ 大根 たまねぎ	じゃがいも		39.8	
		ヨーグルト		ヨーグルト					3.7	
10	火	 【歯と口の健康週間 5日目】 								
		よくかむ食品:大豆・ししゃも・切り干し大根 カルシウムが多い食品:牛乳・ひじき・ししゃも								
		大豆とひじきの混ぜごはん	大豆 とり肉 油揚げ	県産牛乳	ひじき	にんじん インゲン		市内産米 糸こんにゃく	616	770
		ししゃものフライ 切り干し大根のソテー	ベーコン	ししゃも	にんじん	キャベツ 切り干し大根	揚げ油	24.0	28.7	
		骨を元気にするみそ汁	豆腐 市内産みそ		にんじん	たまねぎ 生いたけ しめじ		2.5	3.5	
11	水	 【入梅 梅の美が実る頃、梅雨に入る頃を指します。あじさいがきれいに咲いていますね。】 								
		麦ごはん あじさいゼリー		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦 あじさいゼリー	584	728	
		とり肉の塩こうじ焼き	とり肉				塩こうじ	23.1	28.2	
		うめおかがあえ とうふ汁	豆腐 花かつお		にんじん ほうれんそう	キャベツ もやし しめじ たまねぎ ねり梅	砂糖	1.2	1.4	
12	木									
		麦ごはん		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦	540	737	
		蒸しシュウマイ ゆで野菜	蒸しシュウマイ		ブロッコリー	キャベツ カリフラワー	ドレッシング	20.4	27.9	
		中華スープ	たまご 豆腐		にんじん ほうれん草	たまねぎ 干しシイタケ	ごま油	1.3	1.9	
13	金	 【全国の郷土料理 兵庫県 にゅうめん】兵庫県ではそうめんの製造がさかんです。 								
		麦ごはん		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦	581	736	
		いわしの甘露煮 酢の物		いわし	にんじん	きゅうり キャベツ	砂糖	22.8	28.1	
		にゅうめん	油揚げ 市内産みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ なす	そうめん	2.5	3.2	



日 曜	献立名	主 な 材 料						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 食塩相当量(g)	
		<赤>体をつくる		<緑>体の調子をとどめる		<黄>熱や力になる		秋吉小	秋芳中
		1群 牛乳 魚・肉・卵 豆・豆制品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂		
16 月	 県産米粉パン ポンカンジャム 豆乳のクリームシチュー ゆずきちサラダ	【地場産給食週間 1日目】 山口県の柑橘類 ゆずきちってしっちょる？ 						622	764
17 火	 麦ごはん のりのつくだ煮 瀬つきアジフライ ゆかりあえ たまねぎのみそ汁	【地場産給食週間 2日目】 瀬つきアジの瀬って、なんかね～？ 						571	736
18 水	 ミックスミートカレー アスパラガスのサラダ 中のみヨーグルト	【地場産給食週間 3日目】 秋吉台高原牛ってどこにおるん？ 						638	861
19 木	 麦ごはん ホイコウロウ きくらげとたまごの中華スープ	【地場産給食週間 4日目】 美祿市の麦、食べてみてん！！ 						539	710
20 金	 麦ごはん こんがあえ とり肉のネギソースかけ 小野茶めん汁	【地場産給食週間 5日目】 山口でもお茶の栽培をしよるんよ～ 						575	741
23 月	【夏至】 関西では夏至の日にタコを食べる習慣があります。タコの足のように、稲の根がしっかりと根付くようにという願いが込められています。 米粉パン 黒豆きなこクリーム タコのサラダ ビーフシチュー							702	805
24 火	麦ごはん サバの塩焼き いそかあえ はんぺん汁							525	709
25 水	麦ごはん サケメンチ 切り干し大根の煮物 さつまいものみそ汁							622	796
26 木	 【長崎県の郷土料理 皿うどん】 今から125年前頃、長崎県の中継レストランで「汁なしちゃんぽん」として考案されました。 黒糖きなこ蒸しパン 皿うどん ビーフンサラダ							669	778
27 金	 【季節の食材 たまげなす】 びっくりする(たまげる)ほど大きいことからこの名前になりました。 麦ごはん マーボーたまげなす ワンタンスープ							607	783
30 月	コッパパン マーシャルピーンズ とり肉のケチャップ炒め たまごスープ							670	770

*材料の都合により、献立は一部変更になることがあります。

*学校給食に使用している県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口県、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。