



# 学校給食献立だよ！

## 6月 小学部

北海道稚内養護学校  
令和7年5月23日発行  
文責：栄養教諭

「学校給食費等支援事業補助金」により保護者様の負担軽減が図られております。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
					
2(月)	ごはん わかめとふのみそしる すきやきふうい いんげんのいたためもの	ごはん むぎ ごま まめふ	ふたバラにく さつまあげ もめんどうふ けいらん わかめ	にんじん はくさい しらたき ながねぎ えのきたけ いんげん にんじん	576
3(火)	きのこわふうスパゲッティ コンソメスープ あんにんみかん	スパゲッティ あんにんどうふ	ベーコン ほたて とりももにく ふたバラにく	エリンギ しめじ ながねぎ にんにく たまねぎ にんじん みかんかん	639
4(水)	バターロール パンプキンポタージュ チキンハーブやき ほうれんそうのソテー	バターロール	ベーコン とりももにく	かぼちゅ たまねぎ しょうが にんにく パセリ ほうれんそう コーン にんじん	535
5(木)	ごはん しめじとだいこんのみそしる さばのたつたあげ もやしのごまあえ	こめ むぎ ごま	さば	しめじ だいこん しょうが もやし ほうれんそう	679
6(金)	ちゅうかどん あさりスープ バンバンジー	こめ むぎ ごま	ふたももにく えび うずらのたまご あさり わかめ とりささみ	はくさい ピーマン にんじん たけのこ きくらげ たまねぎ きゅうり もやし	595
9(月)	おやこどん こまつなとあぶらあげのみそしる ツナいりワカメサラダ	こめ むぎ	とりももにく あぶらあげ わかめ ツナ けいらん なると	たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ たけのこ グリーンピース こまつな	582
10(火)	やきうどん かぶとブロックリーのスープ いんげんのツナマヨネーズあえ	うどん	ふたバラにく とりももにく ツナ	たまねぎ ほししいたけ にんじん ピーマン キャベツ かぶ ブロックリー いんげん	574
11(水)	ごはん とうにゅうスープ あじのマヨネーズやき ブロッコリーソテー	こめ むぎ ごま じゃがいも	あじ ベーコン	にんじん たまねぎ しめじ こねぎ ほうれんそう ブロッコリー コーン	671
12(木)	ごはん けんちんじる しおさば さんしょくおひたし	こめ むぎ	さば もめんどうふ あぶらあげ かつおぶし	ツキコンニャク だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ほししいたけ もやし こまつな	667
13(金)	わかめごはん キャベツとあぶらあげのみそしる うのはなコロッケ いんげんのごまあえ	こめ むぎ ごま	わかめ うのはなコロッケ あぶらあげ	キャベツ いんげん にんじん	617
14(土)	<b>★うどんかい★</b>				
16(月)	<b>ふりかえきゅうじつ</b>				
17(火)	さんさいうどん かしわてんぷら はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	とりももにく あぶらあげ ふたバラにく	ふき たけのこ なめこ ごぼう にんじん ながねぎ ほししいたけ	648
18(水)	しょくばん りんごジャム ポテトチャウダー とうふナゲット アスパラコーンソテー	しょくばん りんごジャム じゃがいも	とりももにく とうふナゲット	たまねぎ にんじん ブロッコリー アスパラ コーン	605
19(木)	ごはん ほうれんそうとこやどうふのみそしる ひとくちカツ だいずとひじきのにも	こめ むぎ	ひとくちカツ だいず ひじき あぶらあげ こやどうふ	ほうれんそう にんじん ツキコンニャク	566
20(金)	ごはん はくさいとえのきたけのみそしる てりやきハンバーグ こまつなのナッツあえ	ごはん むぎ ピーナッツ	ハンバーグ	はくさい えのきたけ こまつな にんじん	611
23(月)	ゆかりごはん ふきのみそしる じゃがいものそぼろに キャベツとちくわのあえもの	こめ むぎ じゃがいも	ふたひきにく やきちくわ かつおぶし	ふき しそ たまねぎ にんじん グリーンピース しょうが ほししいたけ キャベツ ほうれんそう	550
24(火)	しょうゆラーメン あげはるまき ミックスフルーツ	ラーメン	はるまき ふたバラにく	はくさい ながねぎ たまねぎ もやし めんま にんじん ミックスフルーツかん	573
25(水)	ごはん せんぎりやさいのスープ ポークチャップ さつまいもとブロックリーのサラダ	こめ むぎ さつまいも	ふたかたロース ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ピーマン にんにく ブロッコリー	637
26(木)	ごはん とんじる ほっけしおやき ひじきとだいずのいために	こめ むぎ じゃがいも	ふたバラにく もめんどうふ ツキコンニャク ひじき やきちくわ だいず ほっけ	にんじん たまねぎ ながねぎ だいこん きりほしだいこん れんこん えだまめ	641
27(金)	ぶたどん なめことみつばのみそしる はるさめサラダ	こめ むぎ はるさめ	ロースハム ふたロース	たまねぎ ながねぎ なめこ みつば きゅうり あかピーマン きくらげ セロリ	609
30(月)	やさしいキーマカレー エリンギとえだまめのソテー ぶどうゼリー	こめ むぎ ぶどうゼリー	ふたひきにく だいず	たまねぎ にんじん なす ピーマン エリンギ えだまめ コーン	610

※ご購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。※牛乳は毎日つきます。※牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

・目標値 611kcal ・充足率 100% ・献立平均 609kcal



北海道稚内養護学校  
令和7年5月23日発行  
文責：栄養教諭

「学校給食費等支援事業補助金」により保護者様の負担軽減が図られております。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
2(月)	ごはん わかめとふのみそしる すきやきふうに いんげんのいたためもの	ごはん むぎ ごま まめふ	ふたバラにく さつまあげ もめんどうふ けいらん わかめ	にんじん はくさい しらたき ながねぎ えのきたけ いんげん にんじん	682
3(火)	きのこわふうスパゲッティ コンソメスープ あんにんみかん	スパゲッティ あんにんどうふ	ベーコン ほたて とりももにく ふたバラにく	エリンギ しめじ ながねぎ にんにく たまねぎ にんじん みかんかん	779
4(水)	バターロール パンプキンポタージュ チキンハーブやき ほうれんそうのソテー	バターロール	ベーコン とりももにく	かぼちゅ たまねぎ しょうが にんにく パセリ ほうれんそう コーン にんじん	668
5(木)	ごはん しめじとだいこんのみそしる さばのたつたあげ もやしのごまあえ	こめ むぎ ごま	さば	しめじ だいこん しょうが もやし ほうれんそう	758
6(金)	ちゅうかどん あさりスープ バンバンジー	こめ むぎ ごま	ふたももにく えび うずらのたまご あさり わかめ とりささみ	はくさい ピーマン にんじん たけのこ きくらげ たまねぎ きゅうり もやし	707
9(月)	おやこどん こまつなとあぶらあげのみそしる ツナいりワカメサラダ	こめ むぎ	とりももにく あぶらあげ わかめ ツナ けいらん なると	たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ たけのこ グリーンピース こまつな	720
10(火)	やきうどん かぶとブロッコリーのスープ いんげんのツナマヨネーズあえ	うどん	ふたバラにく とりももにく ツナ	たまねぎ ほししいたけ にんじん ピーマン キャベツ かぶ ブロッコリー いんげん	685
11(水)	ごはん とうにゅうスープ あじのマヨネーズやき ブロッコリーソテー	こめ むぎ ごま じゃがいも	あじ ベーコン	にんじん たまねぎ しめじ こねぎ ほうれんそう ブロッコリー コーン	753
12(木)	ごはん けんちんじる しおさば さんしょくおひたし	こめ むぎ	さば もめんどうふ あぶらあげ かつおぶし	ツキコンニャク だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ほししいたけ もやし こまつな	751
13(金)	わかめごはん キャベツとあぶらあげのみそしる うのはなコロッケ いんげんのごまあえ	こめ むぎ ごま	わかめ うのはなコロッケ あぶらあげ	キャベツ いんげん にんじん	695
14(土)	<b>★うどんかい★</b>				
16(月)	<b>ふりかえきゅうじつ</b>				
17(火)	さんさいうどん かしわてんぷら はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	とりももにく あぶらあげ ふたバラにく	ふき たけのこ なめこ ごぼう にんじん ながねぎ ほししいたけ	702
18(水)	しょくばん りんごジャム ポテトチャウダー とうふナゲット アスパラコーンソテー	しょくばん りんごジャム じゃがいも	とりももにく とうふナゲット	たまねぎ にんじん ブロッコリー アスパラ コーン	773
19(木)	ごはん ほうれんそうとこやどうふのみそしる ひとくちカツ だいずとひじきのにも	こめ むぎ	ひとくちカツ だいず ひじき あぶらあげ こやどうふ	ほうれんそう にんじん ツキコンニャク	748
20(金)	ごはん はくさいとえのきたけのみそしる てりやきハンバーグ こまつなのナッツあえ	ごはん むぎ ピーナッツ	ハンバーグ	はくさい えのきたけ こまつな にんじん	697
23(月)	ゆかりごはん ふきのみそしる じゃがいものそぼろに キャベツとちくわのあえもの	こめ むぎ じゃがいも	ふたひきにく やきちくわ かつおぶし	ふき しそ たまねぎ にんじん グリーンピース しょうが ほししいたけ キャベツ ほうれんそう	694
24(火)	しょうゆラーメン あげはるまき ミックスフルーツ	ラーメン	はるまき ふたバラにく	はくさい ながねぎ たまねぎ もやし めんま にんじん ミックスフルーツかん	736
25(水)	ごはん せんぎりやさいのスープ ポークチャップ さつまいもとブロッコリーのサラダ	こめ むぎ さつまいも	ふたかたローズ ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ピーマン にんにく ブロッコリー	773
26(木)	ごはん とんじる ほっけしおやき ひじきとだいずのいために	こめ むぎ じゃがいも	ふたバラにく もめんどうふ ツキコンニャク ひじき やきちくわ だいず ほっけ	にんじん たまねぎ ながねぎ だいこん きりほしだいこん れんこん えだまめ	744
27(金)	ぶたどん なめことみつばのみそしる はるさめサラダ	こめ むぎ はるさめ	ローズハム ふたローズ	たまねぎ ながねぎ なめこ みつば きゅうり あかピーマン きくらげ ゼロリ	695
30(月)	やさしいキーマカレー エリンギとえだまめのソテー ぶどうゼリー	こめ むぎ ぶどうゼリー	ふたひきにく だいず	たまねぎ にんじん なす ピーマン エリンギ えだまめ コーン	739

※ご購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。※牛乳は毎日つきます。※牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

・目標値 715kcal ・充足率 101% ・献立平均 725kcal



# 学校給食献立だよ！

## 6月 高等部



北海道稚内養護学校  
令和7年5月23日発行  
文責：栄養教諭

「学校給食費等支援事業補助金」により保護者様の負担軽減が図られております。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
					
2(月)	ごはん わかめとふのみそしる すきやきふうい いんげんのいたためもの	ごはん むぎ ごま まめふ	ふたバラにく さつまあげ もめんどうふ けいらん わかめ	にんじん はくさい しらたき ながねぎ えのきたけ いんげん にんじん	761
3(火)	きのこわふうスパゲッティ コンソメスープ あんにんみかん	スパゲッティ あんにんどうふ	ベーコン ほたて とりももにく ふたバラにく	エリンギ しめじ ながねぎ にんにく たまねぎ にんじん みかんかん	818
4(水)	バターロール パンプキンポタージュ チキンハーブやき ほうれんそうのソテー	バターロール	ベーコン とりももにく	かぼちゅ たまねぎ しょうが にんにく パセリ ほうれんそう コーン にんじん	777
5(木)	ごはん しめじとだいこんのみそしる さばのたつたあげ もやしのごまあえ	こめ むぎ ごま	さば	しめじ だいこん しょうが もやし ほうれんそう	796
6(金)	ちゅうかどん あさりスープ バンバンジー	こめ むぎ ごま	ふたももにく えび うすらのたまご あさり わかめ とりささみ	はくさい ピーマン にんじん たけのこ きくらげ たまねぎ きゅうり もやし	818
9(月)	おやこどん こまつなとあぶらあげのみそしる ツナいりワカメサラダ	こめ むぎ	とりももにく あぶらあげ わかめ ツナ けいらん なると	たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ たけのこ グリーンピース こまつな	792
10(火)	やきうどん かぶとブロックリーのスープ いんげんのツナマヨネーズあえ	うどん	ふたバラにく とりももにく ツナ	たまねぎ ほししいたけ にんじん ピーマン キャベツ かぶ ブロックリー いんげん	791
11(水)	ごはん とうにゅうスープ あじのマヨネーズやき ブロッコリーソテー	こめ むぎ ごま じゃがいも	あじ ベーコン	にんじん たまねぎ しめじ こねぎ ほうれんそう ブロッコリー コーン	776
12(木)	ごはん けんちんじる しおさば さんしょくおひたし	こめ むぎ	さば もめんどうふ あぶらあげ かつおぶし	ツキコンニャク だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ほししいたけ もやし こまつな	792
13(金)	わかめごはん キャベツとあぶらあげのみそしる うのはなコロッケ いんげんのごまあえ	こめ むぎ ごま	わかめ うのはなコロッケ あぶらあげ	キャベツ いんげん にんじん	716
14(土)	<b>★うどんかい★</b>				
16(月)	<b>ふりかえきゅうじつ</b>				
17(火)	さんさいうどん かしわてんぷら はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	とりももにく あぶらあげ ふたバラにく	ふき たけのこ なめこ ごぼう にんじん ながねぎ ほししいたけ	768
18(水)	しょくばん りんごジャム ポテトチャウダー とうふナゲット アスパラコーンソテー	しょくばん りんごジャム じゃがいも	とりももにく とうふナゲット	たまねぎ にんじん ブロッコリー アスパラ コーン	797
19(木)	ごはん ほうれんそうとこうやどうふのみそしる ひとくちカツ だいずとひじきのにも	こめ むぎ	ひとくちカツ だいず ひじき あぶらあげ こうやどうふ	ほうれんそう にんじん ツキコンニャク	827
20(金)	ごはん はくさいとえのきたけのみそしる てりやきハンバーグ こまつなのナッツあえ	ごはん むぎ ピーナッツ	ハンバーグ	はくさい えのきたけ こまつな にんじん	732
23(月)	ゆかりごはん ふきのみそしる じゃがいものそぼろに キャベツとちくわのあえもの	こめ むぎ じゃがいも	ふたひきにく やきちくわ かつおぶし	ふき しそ たまねぎ にんじん グリーンピース しょうが ほししいたけ キャベツ ほうれんそう	746
24(火)	しょうゆラーメン あげはるまき ミックスフルーツ	ラーメン	はるまき ふたバラにく	はくさい ながねぎ たまねぎ もやし めんま にんじん ミックスフルーツかん	838
25(水)	ごはん せんぎりやさいのスープ ポークチャップ さつまいもとブロックリーのサラダ	こめ むぎ さつまいも	ふたかたロース ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ピーマン にんにく ブロックリー	851
26(木)	ごはん とんじる ほっけしおやき ひじきとだいずのいために	こめ むぎ じゃがいも	ふたバラにく もめんどうふ ツキコンニャク ひじき やきちくわ だいず ほっけ	にんじん たまねぎ ながねぎ だいこん きりほしだいこん れんこん えだまめ	775
27(金)	ぶたどん なめことみつばのみそしる はるさめサラダ	こめ むぎ はるさめ	ロースハム ふたロース	たまねぎ ながねぎ なめこ みつば きゅうり あかピーマン きくらげ ゼロリ	779
30(月)	やさしいキーマカレー エリンギとえだまめのソテー ぶどうゼリー	こめ むぎ ぶどうゼリー	ふたひきにく だいず	たまねぎ にんじん なす ピーマン エリンギ えだまめ コーン	814

※ご購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。※牛乳は毎日つきます。※牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

・目標値 788kcal ・充足率 100% ・献立平均 787kcal