

令和8年度6月 予定献立表

門真市教育委員会

| 6月8日(月) | | | 6月9日(火) | | | 6月10日(水) | | | 6月11日(木) | | | 6月12日(金) | | |
|---|------|------|---|------|------|---|------|------|---|------|------|---|------|------|
| ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 チンゲン菜ときのこのスープ トマトと豚肉のビタミン丼 | | | コッペパン40・50・70・80 牛乳 米粉の豆乳スープ あじのフライ30・30・30・40 | | | ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 高野豆腐の煮物 小松菜とあげの煮浸し あかしそふりかけ | | | パーカーパン40・50・70・80 牛乳 チンゲン菜のスープ ミートビーンズ | | | チキンライス (50, 70, 90, 9... 牛乳 レタススープ ほきの甘酢かけ | | |
| 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) |
| 米・精白米 | 70 | 100 | ★コッペパン | 1こ | 1こ | 米・精白米 | 70 | 100 | ★パーカーパン | 1こ | 1こ | 米・精白米 | 70 | 95 |
| 水 | 98 | 140 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 水 | 98 | 140 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 水 | 95 | 128 |
| ★牛乳 | 1本 | 1本 | ベーコン(バラ・角) | 10 | 15 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 豚肉スライス(3×2×0.25cm) | 10 | 12 | オリーブ油 | 0.3 | 0.4 |
| にんじん・皮つき・生 | 6 | 7 | たまねぎ | 40 | 50 | 鶏肉角切(皮つき1.5cm角) | 10 | 15 | 塩(並塩) | 0.15 | 0.15 | 塩(並塩) | 0.3 | 0.35 |
| しめじ(ほんしめじ) | 7 | 10 | にんじん・皮つき・生 | 15 | 18 | 塩(並塩) | 0.1 | 0.15 | こしょう(黒) | 0.01 | 0.01 | 鶏肉角切(皮つき1cm角) | 15 | 20 |
| えのきたけ | 8.5 | 10 | じゃがいも | 35 | 45 | 酒 | 0.1 | 0.15 | にんじん・皮つき・生 | 5 | 7 | 塩(並塩) | 0.25 | 0.3 |
| ★卵 | 20 | 30 | マッシュルーム | 3 | 4 | にんじん・皮つき・生 | 20 | 25 | たまねぎ | 30 | 35 | こしょう(黒) | 0.03 | 0.03 |
| チンゲンサイ | 30 | 40 | 油 | 0.3 | 0.4 | たまねぎ | 45 | 55 | ホールコーン(冷) | 10 | 12 | にんじん・皮つき・生 | 8 | 10 |
| 塩(並塩) | 0.2 | 0.25 | ★豆乳 | 25 | 30 | じゃがいも | 45 | 60 | 油 | 0.5 | 0.6 | たまねぎ | 20 | 25 |
| こしょう(白) | 0.02 | 0.03 | 鶏がらスープ | 3 | 3.6 | 油 | 0.5 | 0.8 | くず切り | 5 | 6 | マッシュルーム | 3 | 4 |
| しょうゆ(うすくち) | 4.7 | 5.6 | 塩(並塩) | 0.55 | 0.65 | ★かまぼこ | 5 | 7 | チンゲンサイ | 25 | 35 | 油 | 0.3 | 0.35 |
| でんぷん | 2 | 2.5 | こしょう(黒) | 0.03 | 0.04 | ★高野豆腐(角) | 12 | 15 | しょうゆ(うすくち) | 3 | 4.2 | 塩(並塩) | 0.5 | 0.6 |
| だし昆布 | 0.5 | 0.6 | 米粉 | 3 | 3.6 | 砂糖 | 2 | 2.5 | 塩(並塩) | 0.4 | 0.5 | こしょう(黒) | 0.05 | 0.06 |
| 削り節 | 3 | 3.5 | 湯 | 55 | 65 | しょうゆ(うすくち) | 3 | 3.7 | こしょう(白) | 0.01 | 0.02 | ケチャップ | 12 | 16 |
| 水 | 130 | 155 | ★あじ切り身(冷) | 1切 | 1切 | 削り節 | 0.7 | 1 | だし昆布 | 0.4 | 0.5 | ★バター | 2 | 2 |
| 豚肉スライス(3×2×0.25cm) | 25 | 30 | 塩(並塩) | 0.1 | 0.15 | 水 | 30 | 35 | 削り節 | 1.4 | 1.6 | ★牛乳 | 1本 | 1本 |
| 塩(並塩) | 0.3 | 0.4 | こしょう(黒) | 0.02 | 0.03 | 砂糖 | 0.8 | 1.1 | 水 | 120 | 150 | たまねぎ | 20 | 35 |
| こしょう(黒) | 0.01 | 0.01 | 水 | 4 | 5 | しょうゆ(こいくち) | 3.2 | 3.9 | 牛ひき肉 | 10 | 12 | カットわかめ | 1 | 1.2 |
| トマト | 12 | 20 | ★小麦粉 | 3.5 | 4.2 | 削り節 | 0.2 | 0.3 | 豚ひき肉 | 10 | 12 | レタス | 15 | 20 |
| たまねぎ | 35 | 45 | ★パン粉 | 5 | 6 | 水 | 15 | 20 | 塩(並塩) | 0.3 | 0.36 | ねぎ | 4 | 5 |
| にんじん・皮つき・生 | 10 | 15 | 油(揚げ油) | 7 | 8 | きょうあげ | 8 | 12 | こしょう(黒) | 0.03 | 0.04 | ★ごま(白) | 0.3 | 0.4 |
| トマトの水煮缶詰 | 20 | 25 | ケチャップ | 2.5 | 3 | こまつな | 40 | 55 | 油 | 0.3 | 0.4 | 塩(並塩) | 0.5 | 0.7 |
| にんにく | 0.3 | 0.5 | ウスターソース | 2.5 | 3 | しょうゆ(こいくち) | 2.3 | 3.2 | ★大豆(国産)乾 | 10 | 12 | こしょう(白) | 0.02 | 0.05 |
| 油 | 0.4 | 0.5 | | | | 砂糖 | 1.5 | 2 | たまねぎ | 40 | 60 | しょうゆ(うすくち) | 2 | 3 |
| 砂糖 | 1.2 | 1.5 | | | | 削り節 | 0.3 | 0.4 | にんじん・皮つき・生 | 5 | 10 | だし昆布 | 0.3 | 0.4 |
| しょうゆ(こいくち) | 3.6 | 4.5 | | | | 水 | 7 | 10 | 油 | 0.7 | 0.8 | 削り節 | 2.5 | 3 |
| 米みそ | 0.8 | 1 | | | | ゆかり粉 | 1 | 1.2 | ウスターソース | 1 | 1.3 | 水 | 130 | 150 |
| でんぷん | 0.4 | 0.5 | | | | | | | ケチャップ | 8 | 9 | ★ホキ(角)(冷) | 40 | 50 |
| | | | | | | | | | 砂糖 | 0.25 | 0.3 | 塩(並塩) | 0.2 | 0.24 |
| | | | | | | | | | 塩(並塩) | 0.15 | 0.2 | でんぷん | 5 | 6 |
| | | | | | | | | | こしょう(黒) | 0.01 | 0.02 | 油(揚げ油) | 4 | 5 |
| | | | | | | | | | | | | 酢・米酢 | 2.1 | 2.5 |
| | | | | | | | | | | | | しょうゆ(こいくち) | 2.1 | 2.5 |
| | | | | | | | | | | | | 砂糖 | 2.5 | 3 |
| | | | | | | | | | | | | 水 | 2.1 | 2.5 |

令和8年度6月 予定献立表

門真市教育委員会

| 6月15日(月) | | | 6月16日(火) | | | 6月17日(水) | | | 6月18日(木) | | | 6月19日(金) | | |
|---|------|------|--|------|------|---|------|------|---|------|------|---|------|------|
| ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ゆで干し大根のごま炒め | | | コッペパン40・50・70・80 牛乳 キャベツとフランクフルトのスープ煮 じゃがいもとピーマンの炒め物 ココアビーンズ | | | 麩入り玉子丼 (50, 70, 90, 100) 牛乳 大豆の磯煮 | | | うずまきパン40・50・70・80 牛乳 いんげん豆のポタージュ キャベツのさっと煮 | | | にんじんしりしりごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 沖繩そば わかさぎの甘酢づけ | | |
| 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) |
| 米・精白米 | 70 | 100 | ★コッペパン | 1こ | 1こ | 米・精白米 | 70 | 100 | ★うずまきパン | 1こ | 1こ | 米・精白米 | 70 | 95 |
| 水 | 98 | 140 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 水 | 98 | 140 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 水 | 91 | 123 |
| ★牛乳 | 1本 | 1本 | フランクフルト(絹引き) | 20 | 25 | たまねぎ | 70 | 85 | ベーコン(バラ・角) | 8 | 10 | にんじん・皮つき・生 | 18 | 22 |
| 鶏ひき肉 | 18 | 25 | 油 | 0.3 | 0.4 | 油 | 0.7 | 0.9 | にんじん・皮つき・生 | 15 | 18 | 細切り昆布 | 0.5 | 0.6 |
| 塩(並塩) | 0.3 | 0.35 | にんじん・皮つき・生 | 5 | 7 | えのきたけ | 7 | 10 | たまねぎ | 35 | 40 | 塩(並塩) | 0.3 | 0.5 |
| 酒 | 0.3 | 0.35 | たまねぎ | 20 | 25 | ねぎ | 10 | 15 | しめじ(ほんしめじ) | 10 | 12 | しょうゆ(うすくち) | 4.6 | 5 |
| しょうが | 0.8 | 1 | キャベツ | 60 | 70 | ★卵 | 55 | 65 | 油 | 0.5 | 0.6 | みりん | 0.8 | 0.8 |
| にんじん・皮つき・生 | 20 | 25 | パセリ | 0.3 | 0.4 | ★おつゆふ | 4 | 5 | ★バター | 4 | 5 | 油 | 0.5 | 0.7 |
| たまねぎ | 50 | 65 | 塩(並塩) | 0.8 | 0.9 | 塩(並塩) | 0.1 | 0.2 | ★小麦粉 | 4 | 5 | ★牛乳 | 1本 | 1本 |
| じゃがいも | 80 | 95 | こしょう(黒) | 0.04 | 0.05 | 砂糖 | 2.7 | 3 | ★牛乳(調理用) | 40 | 50 | 豚角肉(1.5cm角) | 30 | 35 |
| 油 | 0.5 | 0.6 | 豚骨スープ | 1.5 | 2 | しょうゆ(うすくち) | 8 | 9 | 塩(並塩) | 0.7 | 0.85 | 塩(並塩) | 0.3 | 0.35 |
| ★ひら天 | 12 | 15 | 湯 | 85 | 105 | 削り節 | 0.4 | 0.6 | こしょう(黒) | 0.04 | 0.07 | 酒 | 0.3 | 0.35 |
| 砂糖 | 1.5 | 2 | じゃがいも | 65 | 75 | 水 | 40 | 50 | 豚骨スープ | 2 | 2.5 | しょうが | 0.25 | 0.3 |
| しょうゆ(こいくち) | 3.6 | 4 | 油(揚げ油) | 2.5 | 3 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 湯 | 70 | 80 | 油 | 0.5 | 0.6 |
| 削り節 | 0.5 | 0.6 | 豚肉スライス(3×2×0.25cm) | 15 | 18 | きょうあげ | 5 | 7 | 白いんげん豆ペースト | 35 | 45 | 砂糖 | 1.5 | 2 |
| 水 | 20 | 25 | 塩(並塩) | 0.2 | 0.25 | ひじき(干し) | 1.2 | 1.5 | パセリ | 0.5 | 0.6 | しょうゆ(こいくち) | 1.5 | 2 |
| にんじん・皮つき・生 | 2 | 3 | こしょう(黒) | 0.02 | 0.03 | ★大豆(国産)乾 | 13 | 15 | にんじん・皮つき・生 | 5 | 6 | 水 | 8 | 10 |
| キャベツ | 25 | 35 | ピーマン | 8 | 12 | 砂糖 | 1.6 | 2 | キャベツ | 40 | 50 | たまねぎ | 20 | 25 |
| ゆで干し大根 | 3.5 | 4.2 | しょうが | 0.2 | 0.3 | しょうゆ(こいくち) | 2.4 | 2.9 | 塩(並塩) | 0.05 | 0.1 | ★かまぼこ | 10 | 12 |
| ★まぐろ油漬 | 5 | 7 | ねぎ | 1 | 2 | 削り節 | 0.2 | 0.3 | 油 | 0.3 | 0.4 | 沖繩そば(生) | 20 | 25 |
| 油 | 0.3 | 0.5 | 油 | 0.5 | 0.6 | 水 | 12 | 15 | ★まぐろ油漬 | 10 | 12 | ねぎ | 5 | 6 |
| 塩(並塩) | 0.2 | 0.3 | 酒 | 0.2 | 0.3 | | | | しょうゆ(こいくち) | 1.5 | 2 | 塩(並塩) | 0.58 | 0.7 |
| 砂糖 | 0.4 | 0.7 | しょうゆ(こいくち) | 0.4 | 0.6 | | | | 酢・米酢 | 2 | 2.4 | 豚骨スープ | 3 | 4 |
| しょうゆ(こいくち) | 1.5 | 2 | ★ココアビーンズ | 1袋 | 1袋 | | | | 砂糖 | 1 | 1.2 | しょうゆ(うすくち) | 2 | 2.6 |
| 酢・米酢 | 0.5 | 0.6 | | | | | | | ★ごま油 | 0.3 | 0.4 | 削り節 | 2 | 2.4 |
| ★ごま油 | 0.3 | 0.4 | | | | | | | | | | 水 | 110 | 125 |
| ★ごま(白) | 1.5 | 2 | | | | | | | | | | ★わかさぎ(冷) | 35 | 40 |
| | | | | | | | | | | | | 塩(並塩) | 0.18 | 0.2 |
| | | | | | | | | | | | | でんぷん | 3.5 | 4 |
| | | | | | | | | | | | | 油(揚げ油) | 2 | 2.3 |
| | | | | | | | | | | | | 酢・米酢 | 2.4 | 3 |
| | | | | | | | | | | | | しょうゆ(こいくち) | 2.4 | 3 |
| | | | | | | | | | | | | 砂糖 | 3 | 3.5 |
| | | | | | | | | | | | | 水 | 2 | 2.5 |

令和8年度6月 予定献立表

門真市教育委員会

| 6月22日(月) | | | 6月23日(火) | | | 6月24日(水) | | | 6月25日(木) | | | 6月26日(金) | | |
|---|------|------|---|------|------|---|------|------|--|------|------|---|------|------|
| カレーライス(55, 75, 95, 1... 牛乳 きゅうりとキャベツのドレッシング かけ | | | 黒糖パン40・50・70・80 牛乳 もずくとゆばのスープ ゴーヤのかき揚げ | | | クファージュシ(50, 70, 90, ... 牛乳 わかめスープ 揚げぎょうざ | | | コッペパン(減) 35・45・65・... 牛乳 スパゲティナポリターナ ツナとひじきのサラダ | | | ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 豚じゃが ゆで干し大根の煮物 つくだにふりかけ | | |
| 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) | 食品名 | 小(g) | 中(g) |
| 米・精白米 | 75 | 100 | ★黒糖パン | 1こ | 1こ | 米・精白米 | 70 | 95 | ★コッペパン | 1こ | 1こ | 米・精白米 | 70 | 100 |
| 発芽玄米 | 7 | 9 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 水 | 110 | 140 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | 水 | 98 | 140 |
| 水 | 120 | 158 | にんじん・皮つき・生 | 5 | 6 | 豚肉スライス(細)(0.5×0.5×2) | 12 | 15 | ベーコン(バラ・角) | 15 | 18 | ★牛乳 | 1本 | 1本 |
| 豚肉スライス(3×2×0.25cm) | 30 | 35 | たまねぎ | 30 | 40 | 塩(並塩) | 0.3 | 0.35 | たまねぎ | 35 | 42 | 豚肉スライス(3×2×0.25cm) | 30 | 40 |
| 塩(並塩) | 0.35 | 0.45 | もずく(冷) | 8 | 12 | 酒 | 0.15 | 0.2 | トマト | 10 | 12 | 酒 | 0.45 | 0.6 |
| こしょう(黒) | 0.04 | 0.05 | ★白玉麩 | 0.7 | 0.9 | にんじん・皮つき・生 | 8 | 10 | なす | 15 | 20 | 砂糖 | 1.8 | 2.4 |
| ワイン(赤) | 1 | 1.5 | ★ゆば(冷) | 4 | 6 | 油 | 0.5 | 0.6 | 油 | 0.2 | 0.3 | しょうゆ(こいくち) | 1.8 | 2.4 |
| にんじん・皮つき・生 | 20 | 25 | ねぎ | 5 | 6 | 細切り昆布 | 0.5 | 0.6 | にんにく | 0.3 | 0.4 | にんじん・皮つき・生 | 15 | 20 |
| たまねぎ | 60 | 75 | 塩(並塩) | 0.6 | 0.8 | 塩(並塩) | 0.2 | 0.26 | オリーブ油 | 0.5 | 0.6 | たまねぎ | 55 | 65 |
| じゃがいも | 40 | 50 | こしょう(黒) | 0.03 | 0.05 | しょうゆ(こいくち) | 4 | 5.5 | トマトの水煮缶詰 | 20 | 24 | じゃがいも | 70 | 80 |
| ★りんご | 13 | 15 | しょうゆ(うすくち) | 2.8 | 3.5 | ★牛乳 | 1本 | 1本 | スパゲティ(ハーフ) | 30 | 36 | つきこんにゃく | 25 | 30 |
| にんにく | 0.3 | 0.4 | だし昆布 | 0.4 | 0.5 | たまねぎ | 23 | 30 | 塩(並塩) | 0.2 | 0.25 | 油 | 0.5 | 0.6 |
| しょうが | 0.04 | 0.06 | 削り節 | 3 | 4 | ★卵 | 18 | 30 | こしょう(黒) | 0.01 | 0.02 | 砂糖 | 1.7 | 2.5 |
| 油 | 1 | 1.2 | 水 | 140 | 160 | でんぷん | 0.18 | 0.25 | ケチャップ | 6 | 8 | しょうゆ(こいくち) | 4.1 | 5 |
| 塩(並塩) | 1 | 1.3 | にがうり | 5 | 6 | カットわかめ | 0.6 | 0.9 | トマトピューレ | 5 | 6 | 削り節 | 0.5 | 0.6 |
| しょうゆ(こいくち) | 0.9 | 1.2 | じゃがいも | 20 | 24 | ねぎ | 4.5 | 7 | ウスターソース | 2 | 2.4 | 水 | 15 | 20 |
| トンカツソース | 2.5 | 3 | たまねぎ | 15 | 18 | ★ごま(白) | 0.3 | 0.5 | 湯 | 3 | 4 | うすあげ | 2.5 | 3 |
| ウスターソース | 2.5 | 3 | にんじん・皮つき・生 | 5 | 6 | 塩(並塩) | 0.4 | 0.6 | ★バター | 1 | 1.2 | ゆで干し大根 | 5 | 6 |
| トマトピューレ | 7 | 10.5 | ★ちりめんじゃこ | 3 | 3.6 | こしょう(黒) | 0.02 | 0.05 | ★まぐろ油漬け | 10 | 12 | にんじん・皮つき・生 | 3 | 5 |
| 油 | 5.3 | 6 | ロースハム | 5 | 6 | しょうゆ(うすくち) | 2.4 | 3.5 | ひじき(干し) | 0.6 | 0.7 | 砂糖 | 2 | 2.2 |
| ★小麦粉 | 7.7 | 9 | 塩(並塩) | 0.1 | 0.12 | だし昆布 | 0.4 | 0.5 | キャベツ | 25 | 35 | しょうゆ(うすくち) | 3 | 4 |
| カレー粉 | 0.55 | 0.9 | ★卵(つなぎ) | 5 | 6 | 削り節 | 3 | 3.6 | にんじん・皮つき・生 | 5 | 6 | 削り節 | 0.2 | 0.2 |
| 湯 | 85 | 95 | 水 | 5 | 6 | 水 | 140 | 160 | ホールコーン(冷) | 10 | 12 | 水 | 25 | 30 |
| ★牛乳 | 1本 | 1本 | ★小麦粉 | 10 | 12 | ぎょうざ | 2こ | 3こ | 油 | 0.3 | 0.36 | 細切り昆布 | 1.5 | 1.8 |
| きゅうり | 15 | 17 | 米粉 | 0.1 | 0.1 | 油(揚げ油) | 2 | 3 | 塩(並塩) | 0.2 | 0.24 | 水 | 12 | 15 |
| キャベツ | 30 | 35 | 油(揚げ油) | 7 | 8 | | | | こしょう(黒) | 0.01 | 0.02 | ★ちりめんじゃこ | 3 | 3.6 |
| 酢・米酢 | 1.8 | 2 | | | | | | | ★マヨネーズ | 3.5 | 4 | ★ごま(白) | 2 | 2.4 |
| 油 | 1.6 | 1.8 | | | | | | | しょうゆ(こいくち) | 0.3 | 0.36 | ★破片かつお(中厚) | 1.5 | 1.8 |
| ★ごま油 | 0.3 | 0.4 | | | | | | | | | | みりん | 2 | 2.4 |
| 砂糖 | 1 | 1.2 | | | | | | | | | | 砂糖 | 3 | 3.6 |
| しょうゆ(うすくち) | 0.3 | 0.35 | | | | | | | | | | しょうゆ(こいくち) | 1.8 | 2.2 |
| 塩(並塩) | 0.25 | 0.3 | | | | | | | | | | 酢・米酢 | 1 | 1.2 |

