

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和8年6月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年6月1日(月)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[鶏と高野豆腐のソテー]	
JFDAとうもろこし	8.00 g
馬鈴薯でんぷん1kg	6.00 g
鶏肉モモ(2cm角切)	40.00 g
料理酒1.8L	0.20 g
馬鈴薯でんぷん1kg	6.00 g
大豆百絞油	4.00 g
ごま油 1.65kg	0.20 g
白ねぎ	3.00 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.20 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.20 g
テオ豆板醤 1kg	0.05 g
三温糖	1.20 g
トマトチップ(リカ)1.5kg	5.00 g
こいくちしょうゆ	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
水	1.00 g
[海藻サラダ]	
ちりめん	2.00 g
キャベツ	25.00 g
きゅうり	18.00 g
にんじん	3.00 g
薄戻し海藻サラダ100g	0.50 g
ノンオイル青じそドレッシング	3.50 g
[ごまみそ汁]	
玉葱	15.00 g
にんじん	8.00 g
えのきたけ	8.00 g
木綿豆腐	20.00 g
小松菜	5.00 g
すりごま(白)	2.00 g
田舎みそ(妻赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g
煮干しだし	1.30 g

2026年6月2日(火)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[鮭のマヨコーンナベ焼き]	
小:秋鮭(ピンガ)切身 50g	1.00 個
中:秋鮭(ピンガ)切身 60g	1.00 個
料理酒1.8L	1.00 g
食塩 1kg	0.10 g
スーパーサイトコーン	3.00 g
クリームコーン(無糖)	1.00 g
アピタ イカトナシ 5mm	2.00 g
QP/エッゲ マヨネーズ(卵不使用)	7.00 g
米パウダー(米粉)	0.50 g
[切干大根のソテー]	
国産SPF豚モモスライスIQF	10.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
キャベツ	25.00 g
にんじん	4.00 g
切干大根(益田産)	4.00 g
ねぎ	1.00 g
ウスターソース 1.8L	1.00 g
JAS特級中濃ソースAF1.8L	5.00 g
三温糖	0.20 g
こいくちしょうゆ	0.80 g
[ABCスープ]	
そば(特選)5mm Fe・Ca	7.00 g
マカロニ(アピタ)500g	4.00 g
玉葱	20.00 g
にんじん	7.00 g
小松菜	8.00 g
コンソメ乳なし(理研)	1.00 g
うずくちしょうゆ	2.00 g

2026年6月3日(水)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[●三色そば丼の具]	
国産SPF豚ミンチIQF	35.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.20 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
しほり豆腐	25.00 g
にんじん	15.00 g
グリーンピース	7.00 g
●いりたまご(真空)	15.00 g
追加食材:国産SPF豚ミンチIQF	12.00 g
本みりん 1.8L	0.70 g
三温糖	0.70 g
こいくちしょうゆ	3.20 g
[きゅうりともやしのナムル]	
きゅうり	23.00 g
ともやし	15.00 g
にんじん	7.00 g
カットわかめセレクト	0.30 g
ライトツナ水煮フレーク	8.00 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
食塩 1kg	0.10 g
[すり流し風みそ汁]	
クリームコーン(冷凍)	25.00 g
IQFいちよ切り蒲鉾500g	7.00 g
玉葱	20.00 g
えのきたけ	10.00 g
ねぎ	1.30 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
豆乳	20.00 g
煮干しだし	1.30 g
大和米味噌(白)1kg	6.50 g
田舎みそ(妻赤)1kg	2.00 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和8年6月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年6月4日(木)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[イワシのカレーマリネ] 小:抄入れわし開き40g 中:抄入れわし開き50g カレー粉(純)200g 馬鈴薯でんぷん1kg 大豆白絞油 玉葱 穀物酢 三温糖 こいくちしょうゆ	1.00 個 1.00 個 0.20 g 6.00 g 4.00 g 5.00 g 2.00 g 2.60 g 3.00 g
[ガミカミサラダ] キャベツ きゅうり にんじん スーパースイートコーン ふるふる寒天(耐熱用) らくらく昆布 和風ドレッシングGK 食塩 1kg	20.00 g 15.00 g 7.00 g 6.00 g 0.25 g 0.25 g 4.50 g 0.05 g
[かぼちゃのみそ汁] ダイスカぼちゃ 玉葱 にんじん えのきたけ きざみ揚げ(ニシムラ) ねぎ 田舎みそ(麦赤)1kg 大和米味噌(白)1kg 煮干しだし	20.00 g 15.00 g 7.00 g 8.00 g 3.00 g 1.30 g 6.50 g 2.00 g 1.30 g

2026年6月5日(金)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[焼きししゃも] シシヤモ干物 15g	2.00 個
[アスパラとキャベツのチーズサラダ] グリーンアスパラ(お-ル)中南米 キャベツ にんじん プロセッコイカトナース 8mm 三温糖 うすくちしょうゆ 穀物酢 ごま油 1.65kg	8.00 g 28.00 g 8.00 g 6.00 g 0.80 g 2.00 g 2.00 g 0.30 g
[豆腐の中華煮] 国産SPF豚モモスライスIQF おろししょうが1kgJFDA 料理酒 1.8L サラダ油 1.5kg 木綿豆腐(サイコ) JFDA冷凍どうふ(サイコ)シムラ にんじん 玉葱 たけのこ(短冊)タイ産 チンゲンツァイ 乾し椎茸(美都産) 田舎みそ(麦赤)1kg 大和米味噌(白)1kg こいくちしょうゆ 三温糖 中華スープ(理研) 本みりん 1.8L 馬鈴薯でんぷん1kg 水	30.00 g 0.20 g 0.20 g 0.50 g 35.00 g 35.00 g 10.00 g 25.00 g 10.00 g 8.00 g 0.40 g 1.80 g 1.80 g 1.50 g 0.30 g 0.80 g 1.00 g 1.00 g 25.00 g

2026年6月8日(月)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[〔小〕いわしのおかか煮] いわしおかか煮(真空)40g	1.00 個
[〔中〕まるごとアの塩焼き] 真あじ(丸) 食塩 1kg	1.00 個 0.20 g
[ツナとごぼうのサラダ] ごぼう こいくちしょうゆ 本みりん 1.8L きゅうり にんじん ニチレイブロックリー ライトツナ水煮フレーク いりごま(白)1kg が+練りごま 550g こいくちしょうゆ 三温糖 穀物酢 ごま油 1.65kg	12.00 g 0.40 g 0.50 g 12.00 g 7.00 g 15.00 g 8.00 g 0.70 g 0.70 g 1.00 g 0.30 g 0.90 g 0.30 g
[豚汁] 国産SPF豚モモスライスIQF 料理酒 1.8L サラダ油 1.5kg にんじん じゃがいも 玉葱 板こんにゃく 木綿豆腐 きざみ揚げ(ニシムラ) ねぎ 大和米味噌(白)1kg 田舎みそ(麦赤)1kg	15.00 g 0.50 g 0.30 g 5.00 g 12.00 g 15.00 g 6.00 g 20.00 g 3.00 g 1.30 g 6.50 g 2.00 g

令和8年6月分詳細献立表

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年6月9日(火)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[麦ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	71.00	g
おむぎ(米粒麦)	4.00	g
[豚ごぼう丼の具]		
国産SPF豚モスライスIQF	50.00	g
料理酒 1.8L	0.50	g
ごま油 1.65kg	0.80	g
玉葱	10.00	g
にんじん	8.00	g
ごぼう	12.00	g
系こんにやく(白)	8.00	g
インゲン500g	8.00	g
こいくちしょうゆ	3.00	g
三温糖	1.00	g
本みりん 1.8L	1.00	g
[ふるさとサラダ]		
芽ひじき1kg韓国産	1.00	g
チキンハム(短冊)500g	7.00	g
キャベツ	20.00	g
きゅうり	10.00	g
にんじん	5.00	g
カキクワアモンド(スライス)	3.00	g
しまねふるさとドレッシング	5.00	g
ゆず酢	0.30	g
こいくちしょうゆ	1.00	g
[厚揚げの中華スープ]		
厚揚げ(サイコロ)	20.00	g
玉葱	20.00	g
カネイ子国産さくらげスラ	0.30	g
チンゲンツアイ	8.00	g
ねぎ	1.30	g
中華スープ(理研)	1.00	g
こいくちしょうゆ	1.00	g
うずくちしょうゆ	1.00	g
かつ 風車ツヨ-300g	0.02	g

2026年6月10日(水)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[麦ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	71.00	g
おむぎ(米粒麦)	4.00	g
[赤魚のねぎソースかけ]		
小:赤魚切身50g	1.00	個
中:赤魚切身60g	1.00	個
食塩 1kg	0.05	g
料理酒 1.8L	1.00	g
馬鈴薯てんぷん 1kg	8.00	g
大豆白絞油	5.00	g
ねぎ	2.50	g
こいくちしょうゆ	3.00	g
本みりん 1.8L	2.00	g
三温糖	2.00	g
水	4.00	g
[●福神漬けサラダ]		
キャベツ	15.00	g
きゅうり	15.00	g
にんじん	5.00	g
チキンハム(短冊)500g	5.00	g
国産原料福神漬	7.00	g
●いりたまご(真空)	6.00	g
代替食材:コーン	7.00	g
追加食材:チキンハム	5.00	g
いりごま(白) 1kg	0.80	g
穀物酢	1.80	g
食塩 1kg	0.04	g
かつ 風車ツヨ-300g	0.02	g
三温糖	0.16	g
サラダ油 1.5kg	0.40	g
[ぎょうざスープ]		
スープギョーザ	25.00	g
玉葱	10.00	g
にんじん	5.00	g
太もやし	8.00	g
チンゲンツアイ	7.00	g
にら	3.00	g
中華スープ(理研)	1.00	g
うずくちしょうゆ	2.00	g
かつ 風車ツヨ-300g	0.02	g

2026年6月11日(木)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	75.00	g
[かきまてごはんの具]		
焼きそばくし身	30.00	g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.20	g
サラダ油 1.5kg	0.50	g
料理酒 1.8L	0.50	g
登喜和 高野豆腐(細切)	2.00	g
出雲の美味しいちくわ5mm	10.00	g
にんじん	4.00	g
たけのこ(千切り)タイ産	4.00	g
油揚げ(カット)	3.00	g
系こんにやく(白)	8.00	g
三温糖	0.60	g
こいくちしょうゆ	2.50	g
本みりん 1.8L	1.00	g
煮干しだし	0.30	g
[梅昆布和え]		
きゅうり	25.00	g
キャベツ	20.00	g
にんじん	5.00	g
乾燥カリカリ梅(三島)200	0.20	g
塩昆布(ジェフサ)	0.50	g
いりごま(白) 1kg	1.00	g
こいくちしょうゆ	0.80	g
[僧兵汁]		
国産SPF豚モスライスIQF	15.00	g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.10	g
料理酒 1.8L	0.20	g
サラダ油 1.5kg	0.20	g
ごぼう	8.00	g
木綿豆腐(40)	12.00	g
にんじん	7.00	g
れんこん水煮(いちよう)	7.00	g
乾し椎茸(美都産)	0.20	g
田舎みそ(麦赤) 1kg	6.50	g
中華スープ(理研)	0.40	g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和8年6月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年6月12日(金)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[ささみのレモン煮] 鶏肉(ササミ)50g IQF20本入	1.00 本
食塩 1kg	0.20 g
ハウス風車300g	0.02 g
馬鈴薯でんぷん1kg	5.00 g
大豆白絞油	5.00 g
三温糖	2.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
3リットル100(720ml)547	2.00 g
馬鈴薯でんぷん1kg	0.30 g
水	8.00 g
[納豆サラダ] ライトツナ水煮フレーク	5.00 g
ハジキわり納豆(特判)	8.00 g
きゅうり	10.00 g
キャベツ	25.00 g
にんじん	5.00 g
田舎みそ(麦赤)1kg	0.50 g
さいくちしょうゆ	0.60 g
QPソイグマ33-ス(卵不使用)	6.00 g
[キャベツのコンソメスープ] カットベーコンIQF500g	7.00 g
キャベツ	20.00 g
ぶなしめじ	5.00 g
にんじん	5.00 g
玉葱	15.00 g
SBパセリ(乾)	0.05 g
理研 コンソメS 500g	1.00 g
うすくちしょうゆ	1.00 g
ハウス風車300g	0.02 g

2026年6月15日(月)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[カレイのから揚げ] 小:ミナト干しカレイ50g	1.00 個
中:ミナト干しカレイ60g	1.00 個
米粉	3.00 g
大豆白絞油	5.00 g
[豚しゃぶサラダ] 豚肉ごま切れ(島根県産)	15.00 g
キャベツ	15.00 g
にんじん	8.00 g
きゅうり	15.00 g
赤たまねぎ	3.00 g
すりごま(白)	1.20 g
かつ練りごま 550g	1.50 g
さいくちしょうゆ	1.50 g
穀物酢	1.80 g
食塩 1kg	0.05 g
三温糖	0.30 g
[豆腐のすまし汁] 玉葱	15.00 g
にんじん	5.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.30 g
木綿豆腐	20.00 g
ねぎ	1.20 g
だしパック(かつお節)	1.30 g
うすくちしょうゆ	2.50 g
食塩 1kg	0.15 g

2026年6月16日(火)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[蒸し鶏のきのこソースかけ] 小:鶏肉モモ切身50g	1.00 個
中:鶏肉モモ切身60g	1.00 個
食塩 1kg	0.10 g
ハウス風車300g	0.02 g
料理酒1.8L	1.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.30 g
まいたけ	3.00 g
さいくちしょうゆ	2.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
本みりん 1.8L	2.00 g
三温糖	0.50 g
馬鈴薯でんぷん1kg	0.20 g
水	3.00 g
[アムスメロン] アムスメロン 4L	1/16 個
[豆乳スープ] 国産SPF豚ミンチIQF	12.00 g
おろししょうが1kgJFDA	0.20 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.20 g
チオ豆板醤 1kg	0.20 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
玉葱	15.00 g
にんじん	5.00 g
厚揚げ	20.00 g
キャベツ	10.00 g
ねぎ	1.20 g
豆乳	20.00 g
中華スープ(理研)	0.50 g
田舎みそ(麦赤)1kg	4.00 g
うすくちしょうゆ	1.00 g
ハウス風車300g	0.02 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和8年6月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年6月17日(水)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[揚げザバのゆずソースかけ]	
小:ミナト真鱈切身(浜田産)50g	1.00 個
中:ミナト真鱈切身(浜田産)60g	1.00 個
馬鈴薯でんぷん1kg	8.00 g
大豆自絞油	5.00 g
こいくちしょうゆ	3.00 g
ゆず酢	0.60 g
穀物酢	1.70 g
三温糖	2.50 g
[おからサラダ]	
おから(新製法)	7.00 g
にんじん	5.00 g
キャベツ	16.00 g
きゅうり	10.00 g
出雲のちくわ5mm×1/2カット	8.00 g
GPノックソース(卵不使用)	7.00 g
穀物酢	0.80 g
食塩 1kg	0.05 g
三温糖	0.50 g
[●ニラ玉スープ]	
玉葱	20.00 g
にんじん	8.00 g
たけのこ水煮(短冊)島根県	10.00 g
にら	5.00 g
●たまご	15.00 g
代替食材:味噌豆腐	15.00 g
中華スープ(理研)	1.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
ハス 風車コショ-300g	0.02 g
馬鈴薯でんぷん1kg	1.00 g

2026年6月18日(木)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[〔小〕まるごとびの塩焼き]	
真あじ(丸)	1.00 個
食塩 1kg	0.20 g
[〔中〕イワシのおかか煮]	
いわしおかか煮(真空)50g	1.00 個
[キャベツの塩昆布サラダ]	
キャベツ	25.00 g
にんじん	5.00 g
小松菜	12.00 g
出雲のちくわ5mm×1/2カット	10.00 g
塩昆布(ジエフサ)	0.40 g
穀物酢	2.20 g
うすくちしょうゆ	1.20 g
三温糖	0.80 g
ハス 風車コショ-300g	0.02 g
サラダ油 1.5kg	0.80 g
[切干大根と豚肉のみそ汁]	
豚肉ごま切れ(島根県産)	15.00 g
料理酒 1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
にんじん	7.00 g
切干大根(益田産)	2.50 g
えのきたけ	5.00 g
玉葱	12.00 g
国産大豆かた油揚げ	3.00 g
ねぎ	1.20 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g

2026年6月19日(金)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[豚肉とキャベツのオイスター炒め]	
豚肉ごま切れ(島根県産)	45.00 g
おろししょうが1kgJFDA	0.20 g
料理酒1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
玉葱	20.00 g
キャベツ	25.00 g
にら	5.00 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
オイスターソース 585g	2.00 g
食塩 1kg	0.10 g
三温糖	0.80 g
馬鈴薯でんぷん1kg	1.00 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
[きゅうりと野焼きの酢の物]	
きゅうり	25.00 g
キャベツ	10.00 g
にんじん	5.00 g
あご入野焼き 3mm×1/4カット	10.00 g
穀物酢	2.50 g
うすくちしょうゆ	0.60 g
◎食塩 1kg	0.10 g
◎三温糖	1.00 g
[厚揚げのみそ汁]	
玉葱	25.00 g
にんじん	5.00 g
厚揚げ	20.00 g
ねぎ	1.20 g
煮干しだし	1.20 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和8年6月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年6月22日(月)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[ポークロケット]	
小:国産豚肉ロケット(鉄・Ca)40g	1.00 個
中:国産豚肉ロケット(鉄・Ca)60g	1.00 個
大豆白絞油	4.00 g
[りっちゃんの元気サラダ]	
キャベツ	20.00 g
きゅうり	10.00 g
チキンハム(短冊)500g	8.00 g
スーパースイートコーン	5.00 g
にんじん	8.00 g
らくらく昆布	0.25 g
かつお節・細切(≒3分)	0.25 g
三温糖	1.00 g
穀物酢	2.50 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
食塩 1kg	0.20 g
サラダ油 1.5kg	0.80 g
[ミネストローネ]	
学給用スティックベーコン 500g	7.00 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.20 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
玉葱	20.00 g
にんじん	7.00 g
冷凍国産トマトカット15mm	15.00 g
国産大豆水煮 1kg	10.00 g
理研 コンツメS 500g	1.00 g
トマト(チャック)7リットル3kg	10.00 g
トマト(チャック)7リットル(食塩無添加3k)	10.00 g
グラスメイト500g(粉チーズ)	1.00 g
食塩 1kg	0.10 g

2026年6月23日(火)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[さわらの照り焼き]	
小:さわら切身50g	1.00 個
中:さわら切身60g	1.00 個
ごいくちしょうゆ	1.00 g
料理酒1.8L	1.50 g
本みりん 1.8L	1.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.40 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
ごいくちしょうゆ	2.00 g
三温糖	1.00 g
本みりん 1.8L	0.80 g
馬鈴薯でんぷん1kg	0.30 g
水	3.00 g
[新じゃがのそぼろ煮]	
鶏肉(ムネ肉ミンチ)IQF500g	12.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.30 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
玉葱	12.00 g
にんじん	8.00 g
じゃがいも	25.00 g
おきえだまめ500g	6.00 g
ごいくちしょうゆ	1.40 g
うずくちしょうゆ	0.50 g
三温糖	0.25 g
本みりん 1.8L	0.50 g
馬鈴薯でんぷん1kg	0.50 g
水	13.00 g
[なめこ汁]	
国産冷凍なめこ	12.00 g
木綿豆腐(押し)	15.00 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
にんじん	5.00 g
玉葱	15.00 g
ねぎ	1.30 g
煮干しだし	1.30 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g

2026年6月24日(水)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[●ルーローハンの具]	
豚もも(2cm角)	40.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.50 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
玉葱	25.00 g
たけのこ(千切り)タイ産	10.00 g
●うずら卵水煮200卵入り	17.00 g
追加食材:豚もも(2cm角)	12.00 g
チンゲンツァイ	15.00 g
三温糖	2.00 g
ごいくちしょうゆ	2.00 g
オイスターソース 585g	3.00 g
水	6.00 g
馬鈴薯でんぷん1kg	1.00 g
[春雨サラダ]	
はるきめ(かつ)1kg	4.00 g
スーパ系かまぼこ(ぼくし)	8.00 g
きゅうり	10.00 g
にんじん	5.00 g
キャベツ	15.00 g
三温糖	0.70 g
ごいくちしょうゆ	2.00 g
穀物酢	1.50 g
いりごま(白)1kg	1.80 g
ごま油 1.65kg	0.45 g
[モロヘイヤスープ]	
木綿豆腐	15.00 g
玉葱	15.00 g
にんじん	8.00 g
モロヘイヤカット	12.00 g
食塩 1kg	0.10 g
中華スープ(理研)	0.80 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
ごいくちしょうゆ	1.50 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和8年6月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年6月25日(木)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[鶏肉の香味揚げ]	
小:鶏むね切身50g	1.00 個
中:鶏むね切身60g	1.00 個
食塩 1kg	0.15 g
料理酒 1.8L	2.00 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.20 g
理研 コンソメS 500g	0.40 g
SBバセリ(乾) 100g	0.20 g
SBバセリ(乾) 100g	0.05 g
馬鈴薯でんぷん1kg	8.00 g
大豆白絞油	5.00 g
[アーモンド サラダ]	
キャベツ	20.00 g
にんじん	5.00 g
きゅうり	17.00 g
クッキングアーモンド(細切)500g	3.00 g
ライドツナ水煮フレーク	5.00 g
三温糖	0.60 g
穀物酢	1.50 g
こいくちしょうゆ	1.80 g
ソリルモ100(720ml)シム7	0.50 g
JFSAルスカウ EXV利-ブ 油	0.50 g
[もずくのずまし汁]	
美ら海もずく(シム7)	15.00 g
木綿豆腐	15.00 g
にんじん	5.00 g
玉葱	15.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.30 g
ねぎ	1.30 g
だしパック(かつお節)	1.50 g
食塩 1kg	0.20 g
うすくちしょうゆ	3.00 g

2026年6月26日(金)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[コッペパン]	
小:こっぺぱん 70g	1.00 個
中:こっぺぱん 90g	1.00 個
[フィッシュエイ タルタルソース]	
小:自身77g(特)50g シェ77	1.00 個
中:自身77g(特)60g シェ77	1.00 個
大豆白絞油	5.00 g
玉葱	3.00 g
きゅうり	3.00 g
三温糖	0.30 g
QP/エッグ マネース (卵不使用)	6.00 g
穀物酢	0.20 g
[キャベツのカレー炒め]	
カットベーコンIQF500g	5.00 g
キャベツ	30.00 g
玉葱	20.00 g
にんじん	3.00 g
スーパースイートコーン	7.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
有塩バター	1.00 g
食塩 1kg	0.20 g
うすくちしょうゆ	0.50 g
カレー粉(純)200g	0.10 g
[鶏肉と野菜の煮込み]	
鶏肉(筋肉7 肉)2cmカットIQF	25.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒 1.8L	0.50 g
玉葱	25.00 g
にんじん	10.00 g
じゃがいも	15.00 g
ニチレイプロックソー(エ)	15.00 g
ぶなしめじ	5.00 g
SB バセリ(乾)	0.05 g
コンソメ乳なし(理研)	1.00 g
うすくちしょうゆ	1.00 g

2026年6月29日(月)	
料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[トウモロコシ]	
国産SPF豚ミンチIQF	20.00 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.15 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.15 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
赤ワイン 1.8L	0.50 g
蒸し挽き割り大豆	20.00 g
玉葱	30.00 g
国産カラービーマン(ミンチ)	10.00 g
グリーンピース	7.00 g
ハウス給食用カレー粉N	8.00 g
トウモロコシ デリカース3kg	0.70 g
ウスターソース 1.8L	0.50 g
カレー粉(純)200g	0.30 g
コンソメ乳なし(理研)	0.50 g
[レンコンのササゲ]	
れんこん水煮(いちよう)	18.00 g
きゅうり	20.00 g
にんじん	5.00 g
ライドツナ水煮フレーク	7.00 g
QP/エッグ マネース (卵不使用)	6.00 g
穀物酢	0.50 g
三温糖	0.30 g
食塩 1kg	0.10 g
[じゃがいもとウィンナーのスープ]	
荒挽ミニカットウィンナー	18.00 g
キャベツ	15.00 g
じゃがいも	20.00 g
にんじん	5.00 g
SB バセリ(乾)	0.05 g
コンソメ乳なし(理研)	1.20 g
うすくちしょうゆ	2.00 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和8年6月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[酢豚]	
豚モモ(2cm角)	40.00 g
食塩 1kg	0.10 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
馬鈴薯てんぷん1kg	4.00 g
大豆白絞油	4.00 g
玉葱	35.00 g
にんじん	10.00 g
れんこん水煮(乱切り)	10.00 g
むき枝豆 500g	8.00 g
三温糖	2.00 g
トマト(チャリ)子 1kg-3kg	2.00 g
こいくちしょうゆ	4.00 g
穀物酢	3.00 g
馬鈴薯てんぷん1kg	1.00 g
サラダ油 1.5kg	0.20 g
[系こんサラダ]	
系こんにゃく(白)	22.00 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
本みりん 1.8L	0.50 g
きゅうり	15.00 g
太もやし	14.00 g
にんじん	7.00 g
チキンハム(短冊) 500g	7.00 g
ごま油 1.65kg	0.60 g
三温糖	0.33 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
穀物酢	1.00 g
[豆腐とわかめのみそ汁]	
玉葱	10.00 g
にんじん	5.00 g
だいこん	15.00 g
木綿豆腐(押入)	20.00 g
カットわかめセレクト	0.30 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g
煮干しだし	1.30 g