



令和 7 年度 6 月分 献立明細表

Cブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

6月9日 月曜日				6月10日 火曜日				6月11日 水曜日				6月12日 木曜日				6月13日 金曜日			
ごはん 牛乳 ハンバーグおろしソース キャベツとコーンのサラダ 水菜のかきたま汁				ごはん 牛乳 子持ちししゃもフライ ちくわと水菜のサラダ じゃがいものカレーそばろ煮				ミルクパン 牛乳 豆腐ナゲット マセドアンサラダ ポークラタトウイユ				ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き じゃこのカミカミサラダ けんちん汁 おさつスティック				ごはん 牛乳 さんまの生姜煮 キャベツの塩昆布あえ 豚汁 さくらんぼゼリー			
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん				ごはん				ミルクパン		年	提供なし	ごはん				ごはん			
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし
ハンバーグおろしソース				子持ちししゃもフライ				豆腐ナゲット				豚肉の生姜焼き				さんまの生姜煮			
ハンバーグ		月		子持ちししゃもフライ		月		豆腐ナゲット		月		豚肉切り身				さんま生姜煮		月	
大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油				清酒							
大根												しょうが				キャベツの塩昆布あえ			
たまねぎ				ちくわと水菜のサラダ				マセドアンサラダ				みりん				キャベツ			
こいくちしょうゆ				ちくわスライス		年		じゃがいも				こいくちしょうゆ				とうもろこし			
みりん				もやし				にんじん				大豆白絞油				きゅうり			
サラダ油				にんじん				ブロッコリーダイス								にんじん			
				水菜				サウザンアイランドドレッシング		年		じゃこのカミカミサラダ				塩こんぶ		年	
キャベツとコーンのサラダ				青じそドレッシング		年		ポークラタトウイユ				切干大根							
枝豆								豚小間肉				にんじん				豚汁			
きゅうり				じゃがいものカレーそばろ煮				豚小間肉				ほうれんそう				豚小間肉			
とうもろこし				豚ひき肉				にんにく				揚げちりめん		年		里芋			
キャベツ				じゃがいも				白ワイン				大麦				にんじん			
コーンドレッシング		年		にんじん				ピーマン				塩中華ドレッシング		年		大根			
				たまねぎ				たまねぎ								たまねぎ			
水菜のかきたま汁				しらたき				オリーブ油				けんちん汁				こんにやく			
細切りかまぼこ		年		グリーンピース				トマト缶				里芋				サラダ油			
にんじん				サラダ油				白いんげん豆				こんにやく				サラダ油			
干ししいたけ				カレー粉		年		枝豆				にんじん				白みそ			
ぶなしめじ				砂糖				スパニッシュグリーン野菜		月		大根				赤みそ			
水菜				こいくちしょうゆ				コンソメ		年		ねぎ				煮干し			
ねぎ				清酒				精製塩				ごぼう				かつお節			
卵			除去	みりん				こしょう				油揚げ		年		さくらんぼゼリー			
こいくちしょうゆ								オリーブ油				こいくちしょうゆ				さくらんぼゼリー		月	
精製塩												精製塩							
かつお節												清酒							
だし昆布												かつお節							
でんぶん												煮干し							
												おさつスティック							
												おさつスティック		月					

令和 7 年度 6 月分 献立明細表

Gブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

6月16日 月曜日				6月17日 火曜日				6月18日 水曜日				6月19日 木曜日				6月20日 金曜日			
ごはん 牛乳 いわしの蒲焼き もやしとピーマンのおかか和え 鶏肉と野菜の味噌汁				ごはん 牛乳 根菜入りつくね ひじきの煮物 新じゃがいものみそ汁				焼きそば ミニ黒パン 牛乳 タコメンチカツ 寒天サラダ				チキンカレーライス (麦ごはん) 牛乳 ツナオムレツ フレンチサラダ				きつねうどん (ソフト麺) 牛乳 野菜かき揚げ こまつなのごま和え			
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん				ごはん				焼きそば				チキンカレーライス (麦ごはん)				きつねうどん (ソフト麺)			
								蒸し中華麺		年		ごはん				ソフト麺			年
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	豚小間肉				大麦				鶏小間肉			年
								にんじん				鶏小間肉				油揚げ			
いわしの蒲焼き				根菜入りつくね				キャベツ				にんじん				ぶなしめじ			
いわし開きでん粉付き		月		根菜入りつくね		月		もやし				たまねぎ				にんじん			
大豆白絞油				大豆白絞油				たまねぎ				じゃがいも				ほうれんそう			
砂糖								にら				にんにく				ねぎ			
こいくちしょうゆ				ひじきの煮物				サラダ油				しょうが				干しいたけ			
清酒				ひじき				焼きそばソース		年		サラダ油				減塩しょうゆ			
でんぶん				干しいたけ				オイスターソース		年		アレルギーフリーカレーフレーク			年	精製塩			
				にんじん				精製塩				まろやかカレールー			年	みりん			
もやしとピーマンのおかか和え				枝豆								カレー粉			年	清酒			
もやし				さつま揚げ		年		ミニ黒パン		年	提供なし	ケチャップ (調理用)			年	かつお節			
にんじん				こいくちしょうゆ								中濃ソース			年	煮干し			
ピーマン				砂糖				牛乳			提供なし								
かつお節				みりん								牛乳			提供なし	牛乳			提供なし
卓上しょうゆ				サラダ油				タコメンチカツ											
								タコメンチカツ		月		ツナオムレツ				野菜かき揚げ			
鶏肉と野菜の味噌汁				新じゃがいものみそ汁				大豆白絞油				ツナオムレツ		月	提供なし	やさいかきあげ		月	
鶏小間肉				たまねぎ				寒天				大豆白絞油			提供なし	大豆白絞油			
大根				じゃがいも				寒天											
豆腐		年		ねぎ				くきわかめ				フレンチサラダ				こまつなのごま和え			
油揚げ		年		ひらたけ				とうもろこし				キャベツ				小松菜			
たまねぎ				油揚げ		年		とうもろこし				きゅうり				にんじん			
こんにゃく				白みそ				小松菜				にんじん				もやし			
サラダ油				赤みそ				にんじん				とうもろこし				白すりごま			
白みそ				煮干し				とうもろこし				フレンチ白ドレッシング			年	ごま和えの素		年	
赤みそ				かつお節				中華ドレッシング		年									
煮干し																			
かつお節																			

令和 7 年度 6 月分 献立明細表

Gブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

6月23日 月曜日				6月24日 火曜日				6月25日 水曜日				6月26日 木曜日				6月27日 金曜日			
ごはん 牛乳 さばのみりん干し のり酢あえ 鶏ごぼう汁				コッペパン 牛乳 鶏肉のマスタードソース焼き コロコロサラダ パンブキンスープ				ごはん 牛乳 白身魚のオーロラソース ごぼうサラダ ジンジャースープ				つくば米粉パン 牛乳 チリビーンズ 蒸しとうもろこし 花野菜のツナサラダ				麦ごはん 牛乳 豚肉の味噌炒め 春雨スープ フルーツあえ			
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん				コッペパン		年	提供なし	ごはん				つくば米粉パン		年	提供なし	麦ごはん			
																ごはん			
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	大麦			
さばのみりん干し				鶏肉のマスタードソース焼き				白身魚のオーロラソース				チリビーンズ				牛乳			提供なし
さばのみりん干し		月		鶏肉切り身				たら切身でん粉付き		月		豚ひき肉							
大豆白絞油				赤ワイン				大豆白絞油				たまねぎ				豚肉の味噌炒め			
				ウスターソース		年		白ワイン				じゃがいも				豚小間肉			
のり酢あえ				粒マスタード		月		ノンエッグマヨネーズ(調理用)		年		にんじん				たまねぎ			
もやし				大豆白絞油				ケチャップ(調理用)		年		セロリ				たけのこ			
ほうれんそう								トマトペースト				パセリ				チンゲンサイ			
にんじん				コロコロサラダ				ウスターソース		年		白いんげん豆				にんにく			
油揚げ		年		ブロッコリー				砂糖				サラダ油				しょうが			
焼のり				きゅうり				精製塩				にんにく				ごま油			
ボン酢		年		ブロッコリー								チリパウダー		年		オイスターソース		年	
				とうもろこし				ごぼうサラダ				トマトビュレ				豆板醤		年	
鶏ごぼう汁				シーザーサラダドレッシング		年		ごぼう				ケチャップ(調理用)		年		こいくちしょうゆ			
鶏小間肉								にんじん				ウスターソース		年		赤みそ			
白菜				パンブキンスープ				小松菜				精製塩				甜麺醤		年	
にんじん				かぼちゃ				枝豆				こしょう				砂糖			
ごぼう				たまねぎ				和風クリーミードレッシング		年						清酒			
干ししいたけ				にんじん								蒸しとうもろこし				でんぷん			
ねぎ				枝豆				ジンジャースープ				とうもろこし							
サラダ油				ウインナースライス		年		ベーコン		年						春雨スープ			
白みそ				かぼちゃペースト				たまねぎ				花野菜のツナサラダ				細切りかまぼこ		年	
赤みそ				サラダ油				にんじん				ツナ水煮		年		たまねぎ			
かつお節				ホワイトシチューの素		年		ひらたけ				ブロッコリー				にんじん			
煮干し				普通牛乳			除去	サラダ油				カリフラワー				干ししいたけ			
				精製塩				ほうれんそう				にんじん				えんどう春雨			
				こしょう				星型米粉マカロニ		年		イタリアンドレッシング		年		にら			
								しょうが								中華スープストック		年	
								コンソメ		年						こいくちしょうゆ			
								こいくちしょうゆ								精製塩			
								こしょう								こしょう			
								精製塩								ごま油			
																フルーツあえ			
																黄桃シラップ漬け			
																バインアップルシラップ漬け			
																マスカットゼリー		月	

