



令和3年6月分 学校給食献立予定表



よくかんで食べよう

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群 (たんぱく質) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 (カロテン) 緑黄色野菜	4群 (ビタミン) その他の野菜 果物	5群 (炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群 (脂質) 油脂 種実			
1 火	ご飯					【米】			831	27.2
	牛乳		【牛乳】					乳		
	じゃがいものそぼろ煮	豚肉		にんじん・さやいんげん	【たまねぎ】・しょうが	じゃがいも・砂糖	油	豚肉 大豆 小麦		
	キャベツ入りつくね (お好みソース)	鶏肉・豚肉・かつお節			キャベツ・しょうが	でんぷん・砂糖	油	鶏肉 豚肉 もも りんご 大豆 小麦 鶏肉 豚肉		
	*すいか				すいか					
2 水	わかめご飯		わかめ			【米】			712	29.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	とうがん汁	鶏肉・かまぼこ		にんじん	とうがん・はくさい ねぎ・干しいだけ		油	鶏肉 大豆 小麦		
	☆たらのカレー揚げ	たら				でんぷん	油			
3 木	ご飯					【米】			753	30.9
	牛乳		【牛乳】					乳		
	けんちん汁	鶏肉・【豆腐】		にんじん	こんにゃく・ごぼう だいこん・ねぎ		ごま油・油	鶏肉 大豆 ごま 小麦		
	☆いかのレモンソース	いか			レモン	でんぷん・砂糖	油	いか 大豆 小麦		
◎カミカミサラダ	まぐろフレーク		にんじん	【切干しいだけ】・きゅうり とうもろこし		ドレッシング	大豆 小麦 りんご ごま 卵			
4 金	*ピタパン					ピタパン		小麦 大豆 乳	756	34.5
	牛乳		【牛乳】					乳		
	ホワイトシチュー	鶏肉・豆乳		にんじん・パセリ	【たまねぎ】	じゃがいも	ホワイトルウ 油	鶏肉 大豆 豚肉		
スラッピージョー	合びき肉(牛肉・豚肉)			【たまねぎ】	砂糖・パン粉	油	牛肉 豚肉 りんご 大豆 小麦			
7 月	ご飯					【米】			733	36.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	豚汁	豚肉・【豆腐】 油揚げ・赤みそ		にんじん	ごぼう・だいこん ねぎ	さといも	油	豚肉 大豆		
	☆あじの南蛮だれ	あじ			【たまねぎ】	砂糖	油	大豆 小麦		
*冷凍パイ				冷凍パイ						
8 火	麦ご飯					【米】・大麦			807	34.4
	牛乳		【牛乳】					乳		
	茶わん蒸しスープ	鶏肉・【卵】・かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきだけ・干しいだけ	でんぷん	油	鶏肉 卵 小麦 大豆		
	☆ヒレカツ・2個 (とんかつソース)	豚肉・大豆粉				でんぷん・パン粉	油	豚肉 小麦 大豆 大豆 りんご		
	◎いんげんのごま和え			さやいんげん		砂糖	ごま	ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉		
9 水	ご飯					【米】			774	35.4
	牛乳		【牛乳】					乳		
	八宝菜	豚肉・えび いか・【うすら卵】		にんじん	【たまねぎ】・はくさい だけのこ・干しいだけ	砂糖・でんぷん	油・ごま油	豚肉 えび いか 卵 鶏肉 大豆 小麦 ごま		
肉団子・2個	鶏肉・豚肉			たまねぎ・しょうが	パン粉・でんぷん 砂糖	ごま油	鶏肉 豚肉 小麦 大豆 ごま りんご			
10 木	ご飯					【米】			783	20.4
	牛乳		【牛乳】					乳		
	チキンカレー	鶏肉		にんじん	【たまねぎ】・グリーンピース	じゃがいも	カレールウ 油	鶏肉 小麦 大豆 りんご 豚肉 パナナ		
さわやかゼリー和え				みかん・パイ・もも	サイダー風ゼリー		もも			
11 金	中華めん					【中華めん】		小麦	888	40.0
	牛乳		【牛乳】					乳		
	塩ラーメン	豚肉・焼き豚 なると		にんじん	もやし・ねぎ キャベツ・とうもろこし		油	豚肉 小麦 大豆 さば ゼラチン 鶏肉		
	☆鶏肉のから揚げ	鶏肉			にんにく・しょうが	でんぷん	油	鶏肉 大豆 小麦		
14 月	ご飯					【米】			808	26.7
	牛乳		【牛乳】					乳		
	コーンスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	とうもろこし・【たまねぎ】		油	豚肉 大豆 小麦		
	ハンバーグのトマトソース	豚肉・鶏肉		【トマト】	たまねぎ	でんぷん・砂糖	油	豚肉 鶏肉 大豆 りんご		
かつおぶりかけ	かつお節	のり			砂糖・でんぷん					
15 火	ご飯					【米】			799	29.9
	牛乳		【牛乳】					乳		
	キャベツのスープ	ウイナー		にんじん・パセリ	【たまねぎ】・キャベツ とうもろこし	じゃがいも	油	豚肉 牛肉 小麦 大豆		
☆白身魚のケチャップソース	ほき				でんぷん・砂糖	油	りんご 大豆			

・*印のすいかの種・皮・空袋、ピタパン、冷凍パイの空袋、フローズンヨーグルト、愛知のみかんゼリーの空容器・スプーンは業者が回収します。

・サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。

・【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)

・献立名に()で記載されている調味料は、小袋タイプです。

・◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。 ☆印はセンターで揚げて調理してあります。

・1日、7日、14日、24日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがありますが、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

好評献立のレシピを
公開しています。





令和3年6月分 学校給食献立予定表



よくかんで食べよう

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)			
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実			
16 水	ご飯					【米】			795	25.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	春雨スープ	豚肉・えび		にんじん	ねぎ・干ししいたけ とうもろこし	はるさめ	油	豚肉 えび 鶏肉 大豆 小麦		
	☆春巻	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし エリンギ	でんぷん・砂糖 小麦粉	ごま油・油	豚肉 大豆 小麦 ごま		
	*フローズンヨーグルト		フローズンヨーグルト					乳		
17 木	わかめご飯		わかめ			【米】			827	27.5
	牛乳		【牛乳】					乳		
	スタミナ汁	豚肉・油揚げ 【豆腐】・ミックスみそ		にんじん	【たまねぎ】・だいこん ねぎ・にんにく		ごま・油	豚肉 大豆 ごま		
	☆ミンチカツ	牛肉			たまねぎ	砂糖・パン粉 でんぷん・小麦粉	油	牛肉 大豆 小麦		
18 金	スライスパン					スライスパン		小麦 乳 大豆	944	39.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	チキンのトマト煮	鶏肉・ベーコン		にんじん・トマト	【たまねぎ】・なす グリーンピース	じゃがいも・砂糖	オリーブ油	鶏肉 豚肉 大豆 りんご		
	ポロニアステーキ	鶏肉・豚肉				でんぷん・砂糖	油	鶏肉 豚肉		
	◎ブロッコリーのドレッシング和え			ブロッコリー			ドレッシング	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉		
いちごジャム						いちごジャム				
21 月	ご飯					【米】			734	31.7
	牛乳		【牛乳】					乳		
	たけのことふのすまし汁	【豆腐】		にんじん	たけのこと・はくさい・えのきたけ 干ししいたけ・ねぎ	白玉ふ		小麦 大豆		
	てりどり	鶏肉			しょうが	砂糖	油	鶏肉 大豆 小麦		
22 火	ご飯					【米】			807	25.9
	牛乳		【牛乳】					乳		
	あいちのみそ汁	【豆腐】・【油揚げ】 八丁みそ・赤みそ		にんじん	【なす】・はくさい えのきたけ・ねぎ			大豆		
	☆めひかりの甘だれ・3個	【めひかり】				パン粉・小麦粉 砂糖・でんぷん	油	小麦 大豆		
	◎キャベツとひじきのしそ和え		ひじき		キャベツ	砂糖	ごま油	小麦 大豆 ごま		
*愛知のみかんゼリー				【愛知のみかんゼリー】						
23 水	麦ご飯					【米】・大麦			770	31.5
	牛乳		【牛乳】					乳		
	牛肉とわかめの中華スープ	牛肉	わかめ	にんじん	【たまねぎ】・干ししいたけ ねぎ・にんにく	でんぷん	ごま油・油	牛肉 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 乳 ごま		
	ピビンバの具	豚肉		にんじん	しょうが・にんにく	砂糖	ごま油	豚肉 ごま 大豆 小麦		
	◎ピビンバの野菜			【ほうれんそう】	もやし		ナムルの素	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦		
24 木	ご飯					【米】			692	25.0
	牛乳		【牛乳】					乳		
	関東煮	鶏肉・はんぺん	昆布	にんじん	だいこん・こんにゃく	さといも・砂糖	油	鶏肉 大豆 小麦		
	豆腐のごまみそだれ	豆乳・赤みそ				でんぷん・砂糖	油・ごま	大豆 ごま 小麦		
25 金	ソフトめん					ソフトめん		小麦	912	31.0
	牛乳		【牛乳】					乳		
	ソフトめんミートソース	合びき肉(牛肉・豚肉) 【大豆】		にんじん	【たまねぎ】・グリーンピース にんにく	砂糖	ハヤシルワ 油	牛肉 豚肉 大豆 小麦 りんご 乳 鶏肉 ゼラチン		
	☆コーンフライ				とうもろこし	小麦粉・パン粉 砂糖	油	小麦 大豆		
28 月	ご飯					【米】			792	34.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	豆乳入りみそ汁	豚肉・豆乳・【豆腐】 油揚げ・白みそ		にんじん	だいこん・えのきたけ ねぎ			豚肉 大豆		
	☆ささみカツ	鶏肉				じゃがいも・でんぷん 米のパン粉・砂糖	油	鶏肉 大豆		
◎和風サラダ	かまぼこ・かつお節		【ほうれんそう】・にんじん		砂糖	油	大豆 小麦			
29 火	ご飯					【米】			735	31.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	牛丼の具	牛肉・かまぼこ		にんじん	しめじだけ・しらたき 【たまねぎ】・ねぎ	砂糖	油	牛肉 大豆 小麦		
	厚焼き卵	卵				でんぷん・砂糖	油	卵 小麦 大豆		
◎きゅうりの梅かつお和え	かつお節			きゅうり・もやし・梅	砂糖		りんご 大豆 小麦			
30 水	ご飯					【米】			826	28.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	八宝湯	鶏肉・えび いか・【うすら卵】		にんじん	はくさい・ねぎ 干ししいたけ	でんぷん	油	鶏肉 えび いか 卵 豚肉 大豆 小麦		
	☆揚げギョーザ・4個	豚肉		にら	キャベツ・たまねぎ にんにく	パン粉・でんぷん 砂糖・小麦粉	油	豚肉 小麦 大豆		

・*印のすいかの種・皮・空袋、ピタパン、冷凍パインの空袋、フローズンヨーグルト、愛知のみかんゼリーの空容器・スプーンは業者が回収します。

・サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。

・【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)

・献立名に()で記載されている調味料は、小袋タイプです。

・◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。 ☆印はセンターで揚げて調理してあります。

・1日、7日、14日、24日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かきを
含むことがありますが、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



22日(火)は、「愛知を食べる学校給食の日」です。
愛知県で生産された食べ物を使用しています。感謝の気持ちを
忘れずに味わって食べましょう。