



# 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	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		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)	中学年量を掲載	
		1くん	2くん	3くん	4くん	5くん	6くん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		さかな・いん・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん ごさかな・かいそう	いろいろいさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しじつ			
1 火	*ピタパン					ピタパン		小麦 大豆 乳	622	28.3
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ホワイトシチュー	とりにく・とうにゅう		にんじん・パセリ	【たまねぎ】	じゃがいも	ホワイトルウ あぶら	鶏肉 大豆 豚肉		
	スラッピージョー	あいびきにく (ぎゅうにく・ふたにく)			【たまねぎ】	さとう・パンこ	あぶら	牛肉 豚肉 りんご 大豆 小麦		
2 水	ごはん					【こめ】			600	25.4
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	けんちんじる	とりにく・【とうふ】		にんじん	こんにゃく・ごぼう だいこん・ねぎ		ごまあぶら あぶら	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・さとう	あぶら	いか 大豆 小麦		
◎カミカミサラダ	まくろフレーク		にんじん	【きりぼしだいこん】 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			
3 木	ごはん					【こめ】			710	23.9
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	じゃがいものそぼろに	ふたにく		にんじん・さやいんげん	【たまねぎ】・しょうが	じゃがいも・さとう	あぶら	豚肉 大豆 小麦		
	キャベツいりつくね (おこのみソース)	とりにく・ふたにく かつおぶし			キャベツ・しょうが	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉		
	*すいか				すいか			もも りんご 大豆 小麦 鶏肉 豚肉		
4 金	わかめごはん		わかめ			【こめ】			634	28.3
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	とうにゅういりみそじる	ふたにく・とうにゅう 【とうふ】・あぶらあげ しるみそ		にんじん	だいこん・えのきたけ ねぎ			豚肉 大豆		
	☆ささみカツ	とりにく				じゃがいも・でんぷん こめのパンこ・さとう	あぶら	鶏肉 大豆		
◎キャベツとひじきのしそあえ		ひじき		キャベツ	さとう	ごまあぶら	小麦 大豆 ごま			
7 月	ごはん					【こめ】			636	29.2
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ちawanむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 卵 小麦 大豆		
	☆ヒレカツ・2こ (とんかつソース)	ふたにく・だいすこ				でんぷん・パンこ	あぶら	豚肉 小麦 大豆 大豆 りんご		
8 火	ごはん					【こめ】			655	22.0
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					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】		あぶら	豚肉 大豆 小麦		
	ハンバーグのトマトソース	ふたにく・とりにく		【トマト】	たまねぎ	でんぷん・さとう	あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 りんご		
かつおぶりかけ	かつおぶし	のり			さとう・でんぷん					
9 水	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦	756	34.1
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	しおラーメン	ふたにく・やきふた なると		にんじん	もやし・ねぎ キャベツ・とうもろこし		あぶら	豚肉 小麦 大豆 さば ゼラチン 鶏肉		
	☆とりにくのからあげ	とりにく			にんにく・しょうが	でんぷん	あぶら	鶏肉 大豆 小麦		
10 木	むぎごはん					【こめ】・おむぎ			612	26.4
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ぎゅうどんのぐ	ぎゅうにく・かまぼこ		にんじん	しめじだけ・しらたき 【たまねぎ】・ねぎ	さとう	あぶら	牛肉 大豆 小麦		
	あつやきたまご	たまご				でんぷん・さとう	あぶら	卵 小麦 大豆		
	◎きゅうりのうめかつおあえ	かつおぶし			きゅうり・もやし・うめ	さとう		りんご 大豆 小麦		
11 金	ごはん					【こめ】			644	17.5
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	チキンカレー	とりにく		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 あぶら	鶏肉 小麦 大豆 りんご 豚肉 パナナ		
	さわやかゼリーあえ				みかん・パイナップル・もも	サイダーふうゼリー		もも		
14 月	ごはん					【こめ】			641	23.0
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	スタミナじる	ふたにく・あぶらあげ 【とうふ】・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・あぶら	豚肉 大豆 ごま		
	☆ミンチカツ	ぎゅうにく			たまねぎ	さとう・パンこ でんぷん・こむぎこ	あぶら	牛肉 大豆 小麦		
15 火	わかめごはん		わかめ			【こめ】			627	28.0
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	たけのことふのすましじる	【とうふ】		にんじん	だけのご・はくさい・ねぎ えのきたけ・ほししいたけ	しらたまふ		小麦 大豆		
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦		

- ・\* すいかなのたね・かわ・からぶくろ、ピタパン、れいとうパインのからぶくろ、あいちのみかんゼリー、フローズヨーグルトのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしよします。
- ・【 】のしよくひんはあいちけんさんのものをしよしてしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに( )でさいさいされているちよみりよは、こぶくろタイプです。
- ・◎しるしはセンターでドレッシングなどであててあります。 ☆しるしはセンターであけてちよりしてあります。
- ・3日、8日、25日、28日のおかすには、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



よくかんでたべよう

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		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)	中学年量を掲載	
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
16水	スライスパン					スライスパン		小麦 乳 大豆	785	33.4
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	チキンのトマトに	とりにく・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・さとう	オリーブあぶら	鶏肉 豚肉 大豆 りんご		
	ポロニアステーキ	とりにく・ぶたにく				でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉		
	◎ブロッコリーのドレッシングあえ			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				
17木	ごはん					【こめ】			620	27.1
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ぎゅうにくとわかめのちゅうかスープ	ぎゅうにく	わかめ	にんじん	【たまねぎ】・ほししいたけ ねぎ・にんにく	でんぷん	こまあぶら あぶら	牛肉 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 乳 ごま		
	ビビンバのぐ	ぶたにく		にんじん	しょうが・にんにく	さとう	こまあぶら	豚肉 ごま 大豆 小麦		
	◎ビビンバのやさい			【ほうれんそう】	もやし		ナムルのもと	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦		
18金	ごはん					【こめ】			609	20.4
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	はるさめスープ	ぶたにく・えび		にんじん	ねぎ・ほししいたけ とうもろこし	はるさめ	あぶら	豚肉 えび 鶏肉 大豆 小麦		
	☆はるまき	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぷん・さとう こむぎこ	こまあぶら あぶら	豚肉 大豆 小麦 ごま		
	*れいとうパイ				れいとうパイ					
21月	ごはん					【こめ】			651	21.6
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	あいちのみそしる	【とうふ】・【あぶらあげ】 はつちょうみそ・あかみそ		にんじん	【なす】・はくさい えのきたけ・ねぎ			大豆		
	☆めひかりのあまだれ・2こ	【めひかり】				パンこ・こむぎこ さとう・でんぷん	あぶら	小麦 大豆		
	◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉		
	*あいちのみかんゼリー				【あいちのみかんゼリー】					
22火	ソフトめん					ソフトめん		小麦	770	26.5
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ソフトめんミートソース	あいびきにく (ぎゅうにく・ぶたにく) 【だいす】		にんじん	【たまねぎ】・グリーンピース にんにく	さとう	ハヤシルウ あぶら	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	こむぎこ・パンこ さとう	あぶら	小麦 大豆		
23水	ごはん					【こめ】			677	32.2
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	はっぼうさい	ぶたにく・えび いか・【うすらたまご】		にんじん	【たまねぎ】・はくさい たけのこ・ほししいたけ	さとう・でんぷん	あぶら こまあぶら	豚肉 えび いか 卵 鶏肉 大豆 小麦 ごま		
	にくだんご・2こ	とりにく・ぶたにく			たまねぎ・しょうが	パンこ・でんぷん さとう	こまあぶら	鶏肉 豚肉 小麦 大豆 ごま りんご		
24木	ごはん					【こめ】			637	24.9
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	キャベツのスープ	ウインナー		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	あぶら	豚肉 牛肉 小麦 大豆		
	☆しろみぎかなのケチャップソース	ほき				でんぷん・さとう	あぶら	りんご 大豆		
25金	むぎごはん					【こめ】・おむぎ			598	22.6
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	かんとくに	とりにく・はんぺん	こんぶ	にんじん	だいこん・こんにゃく	さといも・さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦		
	とうふのごまみそだれ	とうふ・あかみそ				でんぷん・さとう	あぶら・ごま	大豆 ごま 小麦		
28月	ごはん					【こめ】			595	31.3
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ぶたじる	ぶたにく・【とうふ】 あぶらあげ・あかみそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	あぶら	豚肉 大豆		
	あじのなんぼんだれ	あじ			【たまねぎ】	さとう	あぶら	大豆 小麦		
29火	ごはん					【こめ】			671	24.4
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	はっぼうたん	とりにく・えび いか・【うすらたまご】		にんじん	はくさい・ねぎ ほししいたけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 えび いか 卵 豚肉 大豆 小麦		
	☆あげギョーザ・3こ	ぶたにく	にら		キャベツ・たまねぎ にんにく	パンこ・でんぷん さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 小麦 大豆		
30水	ごはん					【こめ】			614	25.1
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	とうがんじる	とりにく・かまぼこ		にんじん	とうがん・はくさい ねぎ・ほししいたけ		あぶら	鶏肉 大豆 小麦		
	☆たらのカレーあげ	たら				でんぷん	あぶら			
	*フロースンヨーグルト		フロースンヨーグルト					乳		

- ・\* すいかのたね・かわ・からぶくろ、ピタパン、れいとうパイのからぶくろ、あいちのみかんゼリー、フロースンヨーグルトのからぶくろ・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしよくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに ( ) でさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎しるしはセンターでドレッシングなどであててあります。 ・☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・3日、8日、25日、28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。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。



21日(月)は、「あいちをたべるがっこうきゅうしよくのひ」です。あいちけんでせいさんされたたべものをしゅうしています。かんしゃのきもちをわすれずにあじわってたべましょう。

