



令和6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	あか：おもにからだをつくるもとになる		みどり：おもにからだのちょうしをとのえるもとになる		き：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 (28品目)	中学年童を基準 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん					
3月	ごはん					【こめ】			620			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう にゅうせいひん *こざかな・かいそう					乳				
	☆ミンチカツ	ぶたにく			たまねぎ	パンこ・こむぎこ でんぷん・さとう	あぶら	豚肉 小麦 大豆				
	かきたまじる	【たまご】・とりにく かまぼこ		にんじん・はねぎ	えのきだけ・ほししいだけ	でんぷん	あぶら	卵 鶏肉				
4火	わかめごはん	だしを あじわうひ	わかめ			【こめ】			623			
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳				
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば				
	◎ほうれんそうのささみあえ	ささみフレーク		ほうれんそう			ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン 豚肉 りんご				
ゆばのすましじる	【とうふ】・ゆば		にんじん・はねぎ	はくさい・えのきだけ ほししいだけ			大豆	33.2				
5水	ごはん					【こめ】					622	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
	スタミナどんのぐ	ぶたにく		にんじん・にら	たまねぎ・にんにく	さとう・でんぷん	ごま・あぶら			豚肉 ごま		
トックク	ベーコン	わかめ	にんじん	たまねぎ・ほししいだけ 【ねぎ】	トック	あぶら	豚肉 大豆	23.9				
6木	くろロールパン					くろロールパン				小麦 乳 大豆	633	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
	☆ささみカツ	とりにく				じゃがいも・こめこ でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 大豆				
ミネストローネ	ウインナー・だいず		にんじん・パセリ トマト	たまねぎ・キャベツ	マカロニ・じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆	26.8				
7金	ごはん					【こめ】					596	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
	☆いかのたつたあげ	いか・みそ			しょうが・にんにく	でんぷん・さとう	ごまあぶら あぶら	いか				
	かみかみみそしる	とりにく・あつあげ ミックスみそ		にんじん		こんにゃく・ごぼう きりほしだいこん・【ねぎ】	あぶら	鶏肉 大豆				
あげそらまめ					そらまめ	あぶら		27.6				
10月	ごはん					【こめ】					611	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう・でんぷん	あぶら	鶏肉				
とうがんじる	かまぼこ		にんじん・はねぎ	とうがん・はくさい ほししいだけ				29.3				
11火	しらたまうどん					しらたまうどん				小麦	660	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
	カレーうどん(しる)	ぶたにく・あぶらあげ かまぼこ		にんじん	たまねぎ・【ねぎ】 ほししいだけ	カレールウ・でんぷん	あぶら	豚肉 大豆 小麦				
キャベツいりつくね	とりにく・かつおぶし			【キャベツ】・しょうが	でんぷん・さとう	ラード あぶら	鶏肉 豚肉	24.9				
12水	ごはん					【こめ】					627	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
	☆ポテトコロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 牛肉 小麦 大豆				
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】		あぶら	鶏肉 大豆	20.7				
やさしいふりかけ	かつおぶし	のり	まっちゃん・ブロッコリー ほうれんそう・かぼちゃ		さとう・でんぷん							
13木	むぎごはん	ただしい はしつかいのひ				【こめ】・おむぎ					599	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳				
	かんとうに	とりにく・はんぺん		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				
	あつやきたまご	たまご				さとう・でんぷん	あぶら	卵				
◎ひじきのツナあえ	まぐるフレーク	ひじき	ほうれんそう	とうもろこし	さとう	ドレッシング	大豆 ごま	24.8				
14金	ごはん					【こめ】					603	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
	ぶたにくとやさいのほそぎりいため	ぶたにく		ピーマン・にんじん あかパプリカ	たけのこ・エリンギ・にんにく	さとう・でんぷん	ごまあぶら あぶら	豚肉				
はっぼうたん	とりにく・えび		にんじん		はくさい・【ねぎ】 ほししいだけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 えび 豚肉	29.1			
*ヨーグルト		ヨーグルト					乳					
17月	ごはん	「まごわやさしい」 こんだて				【こめ】					692	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳				
	☆たらとじゃがいものあまがらめ	たら			しょうが	でんぷん・じゃがいも さとう	あぶら					
	◎いんげんのごまあえ		さやいんげん			さとう	ごま	ごま				
ごじる	ぶたにく・たいすペースト 【とうふ】・ミックスみそ	わかめ	にんじん・はねぎ	だいこん・えのきだけ しょうが		あぶら	豚肉 大豆	25.6				
18火	ごはん					【こめ】					607	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							乳		
きぬあつあけのにくみそがけ	たいす・【ぶたにく】 あかみそ					でんぷん・さとう	あぶら	大豆 豚肉				
とりだんごじる <とりだんご>	とりにく		にんじん・ほうれんそう	はくさい・だいこん・えのきだけ ほししいだけ		でんぷん・さとう		鶏肉	26.3			
				たまねぎ		でんぷん・さとう						

令和6年6月分 学校給食献立予定表

毎月19日は「食育の日」です。
食について、家族でも話し合ってみましょう！



よくかんでたべよう

日 曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるもとになる		みどり：おもにからだのちょうしをととのえるもとになる		き：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 (28品目)	たんぱく質 (g)
		1ぐん さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	2ぐん ぎゅうにゅう にゅうせいひん *こごかな・かいそう	3ぐん いろのこいやさい	4ぐん そのたのやさい・くだもの・きのこ	5ぐん こめ・パン・めん いも・さとう	6ぐん ゆし・しゅじつ		
19 水	わかめごはん		わかめ			【こめ】			634
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	にくじゃが	ぶたにく		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら	豚肉	
	ごぼういりつくね・3こ	とりにく			たまねぎ・ごぼう・しょうが	でんぷん・さとう	ラード あぶら	鶏肉 豚肉 大豆	
20 木	スライスパン					スライスパン		小麦 乳 大豆	718
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	ハンバーグのケチャップソースがけ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	でんぷん・さとう	ラード あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 りんご	
	ポイルキャベツ				キャベツ				
	なつやさいのクリームスープ	ベーコン・とうにゅう		にんじん・【トマト】 パセリ	たまねぎ・とうもろこし ズッキーニ	ホワイトルウ	あぶら	豚肉 大豆	
いちごジャム				いちご	さとう・みずあめ				
21 金	ごはん					【こめ】			638
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆めひかりフライ・2こ		【めひかり】			パンこ・こむぎこ	あぶら	小麦	
	◎きりほしだいこんのごますあえ				【きりほしだいこん】 きゅうり	さとう	ごま こまあぶら	ごま	
	あいちのめぐみしる	【ぶたにく】・【とうふ】 あかみそ	わかめ	【みつば】・にんじん	【たまねぎ】・【なす】 えのきたけ	じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆	
*あいちのみかんゼリー				【みかん】	さとう				
24 月	ごはん					【こめ】			737
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	★とりにくのチリソースがけ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぷん・こめこ さとう	あぶら	鶏肉	
	わかめスープ	ベーコン・【とうふ】	わかめ	にんじん・チンゲンサイ	もやし・とうもろこし 【ねぎ】	でんぷん	ごまあぶら あぶら	豚肉 大豆	
25 火	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦	710
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	しょうゆラーメン(しる)	ぶたにく・なると		にんじん・にら	もやし・【ねぎ】・とうもろこし		あぶら	豚肉 ゼラチン	
	☆あげギョーザ・3こ	とりにく・だいすこ			キャベツ・たまねぎ にんにく・しょうが	でんぷん・さとう こむぎこ	ラード ごまあぶら あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	
26 水	ごはん					【こめ】			594
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	あじのうめおろしがけ	あじ・かつおぶし		しそ	だいこん・うめ	さとう・でんぷん	あぶら	りんご	
	◎オクラのネパネバあえ			オクラ	なめこ	さとう		オレンジ 大豆	
	しんたまねぎのみそしる	あつあげ・しろみそ	わかめ	にんじん	たまねぎ・【ねぎ】			大豆	
*すいか				すいか					
27 木	ごはん					【こめ】			597
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆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・みずあめ	ごまあぶら あぶら	豚肉 小麦	
	はるさめスープ	ベーコン		にんじん・チンゲンサイ	はくさい・ほししいだけ とうもろこし	はるさめ	あぶら	豚肉 大豆	
28 金	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ			619
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	◆いちのみやなすと ズッキーニのドライカレー	とりにく		にんじん・【トマト】	ズッキーニ・【なす】・エリンギ たまねぎ・にんにく	カレールウ	あぶら	鶏肉 りんご パナナ 小麦 大豆	
	さくらんぼゼリーあえ くさくらんぼゼリー				ナタデココ・パインアップル さくらんぼ	さとう			

○ * 〇印のヨーグルト、あいちのみかんゼリーのからようき・スプーン、すいかのかわとからぶくろ

【*こごかな：ほねごとたべるこごかなをさします。】

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。

○ 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

○ ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

○ ☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。

○ ◆しるしは丹陽南小学校のじどうがかんがえたおほこんだてです。

○ 21日は「あいちをたべるがっこうきゅうしょくのひ」です。

○ 4日、5日、7日、10日、17日、18日、19日、24日、26日のおかずには、調味料にえび・かに・くるみ・小麦・卵・乳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。

一宮市では、学校給食課のウェブページに好評献立のレシピを掲載しています。
ご家庭でも給食の味を再現してみてください。

6月4日~10日は「はとくちのけんこうしゅうかん」です。
7日(金)は、「いか・こんにゃく・ごぼう・きりほしだいこん・あげそらまめ」など、かみごたえのあるたべものがたくさんあります。よくかんでたべましょう。