



# 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				
1火	わかめご飯		わかめ			【米】			826	35.6	
	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
	◎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 りんご 大豆 小麦
2水	ご飯					【米】			806	26.9	
	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
3木	ご飯					【米】			800	30.0	
	牛乳		【牛乳】					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	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
4金	*ピタパン					ピタパン			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】			734	36.9	
	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	ご飯					【米】			754	31.0	
	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
9水	ご飯					【米】			775	35.5	
	牛乳		【牛乳】					乳			
	八宝菜	豚肉・えび いか・【うずら卵】		にんじん	【たまねぎ】・ほくさい 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	麦ご飯					【米】・大麦			780	31.1	
	牛乳		【牛乳】					乳			
	とうがん汁	鶏肉・かまぼこ		にんじん	とうがん・ほくさい ねぎ・干しいだけ			油			鶏肉 大豆 小麦
	☆たらのカレー揚げ *フローズンヨーグルト	たら					でんぷん	油			乳
11金	中華めん					【中華めん】			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】			809	26.8	
	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 かつおぶりかけ	豚肉・鶏肉 かつお節		【トマト】	たまねぎ		でんぷん・砂糖	油			豚肉 鶏肉 大豆 りんご のり 砂糖・でんぷん
15火	わかめご飯		わかめ			【米】			842	26.7	
	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】・ほくさい えのきだけ・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】						

・\*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。

・2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。



15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。



# 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】			710	23.7
	牛乳		【牛乳】					乳		
	春雨スープ	豚肉・えび		にんじん	ねぎ・干しいだけ 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		
17木	ご飯					【米】			760	32.7
	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・えのきだけ 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		
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】			735	31.8
	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・えのきだけ 干しいだけ・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	麦ご飯					【米】・大麦			819	21.2
	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・パイナップル・もも	サイダー風ゼリー		もも		
23水	ご飯					【米】			827	28.9
	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 干しいだけ	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		
24木	ご飯					【米】			719	25.5
	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		
*すいか				すいか						
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	ハヤシルウ油	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】			806	27.8
	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		
◎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			
29火	ご飯					【米】			736	31.4
	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】			735	30.8
	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】・干しいだけ 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		
	ピピンパの具	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		
◎ピピンパの野菜			【ほうれんそう】	もやし		ナムルの素	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦			

・\*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。

・2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。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。

