



令和3年 6月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

日	曜	献立名	赤	緑	黄	アレルギー義務表示					中学年量を掲載	
			おもにからだをつくるもとになる	おもにからだのちようしをととのえる	おもにエネルギーのもとになる	卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生
1	火	ごはん	さかな・にく・たまご・だいず	やさい・くだもの	ごはん・パン・めん・いも						628	26.0
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		さとう・あぶら	乳						
		さわにわん	ぶたにく	にんじん・だいこん・ごぼう・こんにゃく こまつな・ほししいたけ								
		なごやコーチンとやさいのあげびたし	なごやコーチン	かぼちゃ・ピーマン・きパブリカ	でんぷん・じゃがいも・さとう あぶら							
2	水	サンドイッチロールパン			サンドイッチロールパン	小麦・乳					719	24.4
		フィッシュサンド(おさかなクロック)	たら	たまねぎ・にんじん	でんぷん・パンこ・あぶら ドレッシング	小麦						
		(カラフルソテー)		キャベツ・あかパブリカ・とうもろこし	あぶら							
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
3	木	ごはん			ごはん						650	22.4
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		いもちちじる	みそ	はくさい・ごぼう・にんじん・ねぎ	じゃがいももち							
		なまあげのそぼろあんかけ 1~3ねん: 1こ 4~6ねん: 2こ	なまあげ・とりにく	たまねぎ・えのきたけ	さとう・でんぷん							
4	金	むぎごはん			こめ・おおむぎ						641	24.1
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		ちゃんちじる	とりだんご	はくさい・にんじん・えのきたけ こまつな・しらたき・しょうが								
		ちくわのおこのみあげ 1~3ねん: 2ほん 4~6ねん: 3ほん カミカミあえ	ちくわ・あおりのり・ほしえび ハム	しょうが きりほしだいこん・アスパラガス・ごぼう	こめこ・あぶら さとう	えび						
7	月	ごはん			こめ						573	19.5
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		みそしる	ぶたにく・みそ	こんにゃく・だいこん・たまねぎ・しめじ ねぎ								
		おからいりクロック	おから	きりほしだいこん・ごぼう・えだまめ にんじん	じゃがいも・さとう・パンこ こむぎこ・でんぷん・あぶら	小麦						
8	火	ひじきのごもくに	ひじき・ツナ	にんじん・とうもろこし・さやいんげん	さとう						684	27.1
		ソフトめん			ソフトめん	小麦						
		ミートソース	ぶたにく・ぶたレバー	にんにく・にんじん・たまねぎ グリーンピース・トマト	ハヤシルウ・さとう・あぶら	小麦						
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
9	水	カルシウムたっぷりサラダ	ハム・ちりめんじゃこ・チーズ	キャベツ・こまつな	ノンエッグマヨネーズ	乳					653	29.0
		ごはん			こめ							
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		けんちんじる	とりにく・なまあげ	だいこん・にんじん・こんにゃく・しめじ こまつな	さといも							
10	木	まぐろといかのみそがらめ	まぐろ・いか・みそ	かぼちゃ	でんぷん・こめこ・あぶら・さとう こま						673	24.2
		ごはん			こめ							
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		ごもくちゅうかスープ	とうふ・ハム	はくさい・もやし・にんじん チンゲンサイ・ほししいたけ								
11	金	にくだんごのあますあん	にくだんご	たまねぎ・あかパブリカ・ピーマン・トマト	あぶら・さとう・でんぷん						623	23.9
		ヨーグルト	ヨーグルト			乳						
		むぎごはん			こめ・おおむぎ							
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
14	月	にくじゃが	ぶたにく	にんじん・たまねぎ・さやいんげん こんにゃく	じゃがいも・さとう・あぶら						639	22.9
		いわしのうめに	いわし	うめほし	さとう・でんぷん							
		そくせきづけ		もやし・こまつな・たくあん								
		ごはん			こめ							
15	火	あげとりどん(ぐ)	とりにく	しょうが・さやいんげん・ごぼう	でんぷん・あぶら・さとう						727	20.5
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		あわせみそしる	わかめ・あぶらあげ・みそ	かぼちゃ・たまねぎ・はくさい・ねぎ しめじ								
		わふうポトフ	ウインナー	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー エリンギ・とうもろこし	じゃがいも							
15	火	ししゃもフリッター・2こ	こもちししゃも		こむぎこ・でんぷん・あぶら	小麦					727	20.5
		アスパラガスのごまあえ	とりにく	アスパラガス・さやいんげん	こま・さとう							

はとくちの
けんこう
しょうかん
4日~10日

にゅうばい
入梅

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用されていません。
- ② 1日、3日、9日、11日、14日、24日、25日、29日のおかずの原材料には「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。
ただし、調味料に含まれる場合があります。詳しくは、栄養教諭・学校栄養職員にお問い合わせください。
- ③ アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。
※30日(水)の冷やし中華スープ(1食用)は、赤、黄、緑に分類していません。
※都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ公開中★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味をご家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



QRコードを
読み取り



令和3年 6月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

日	曜	献立名	赤	緑	黄	アレルギー義務表示					中学年量を掲載	
			おもにからだをつくるものとなる	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	卵	乳	小麦	そば	落花生	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
16	水	ごはん	さかな・にく・たまご・だいず	やさい・くだもの	ごはん・パン・めん・いも						630	23.0
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	乳						
		たまごスープ	ハム・たまご・わかめ・こうやどうふ	にんじん・ほうれんそう・ほししいたけ	でんぷん	卵						
		あいちのあおじぞいりはるまき	とりにく	たまねぎ・キャベツ・にんじん・ねぎ	はるさめ・でんぷん・さとう	小麦						
17	木	ひじきのちゅうかサラダ	ひじき・ツナ	きゅうり・もやし・とうもろこし	さとう・ごまあぶら						669	24.1
		きしめん			きしめん	小麦						
		ごもくきしめん(しる)	とりにく・あぶらあげ・かまぼこ	だいこん・にんじん・ねぎ・ほししいたけ								
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ・さとう・ごま・あぶら	乳						
18	金	ごへいもち	みそ		こめ・さとう・ごま・あぶら						601	26.9
		はなやさいぞえ		ブロッコリー・カリフラワー	ドレッシング							
		ごはん			こめ	乳						
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう									
21	月	あいちのあかもくだんごじる	あかもくだんご・とうふ	しらたき・はくさい・にんじん							634	24.0
		てりやきれんこんハンバーグ	とりにく・ぶたにく・ぎゅうにく	たまねぎ・れんこん	パンこ・みずあめ・さとう・あぶら	小麦						
		あいちのまっちゃいりめだ	いか・みそ	ほうれんそう・こんにゃく・まっちゃ	さとう							
		ごはん			こめ	乳						
22	火	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう								619	22.9
		どうがんじる	あぶらあげ・えび	どうがん・にんじん・ねぎ・ほししいたけ	さといも・でんぷん	えび						
		とりたつたのあいちのたまねぎソース	とりにく	たまねぎ・しょうが	さとう・こむぎこ・でんぷん・あぶら	小麦						
		ふるさとやさいのあえもの	ツナ	きりほしだいこん・ほうれんそう	さとう							
23	水	こめこロールパン			こめこロールパン	小麦・乳					663	21.2
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		あいちのチキンピンス	だいず・とりにく	えだまめ・たまねぎ・にんじん・トマト	じゃがいも・さとう・あぶら							
		あいちのメロンゼリーあえ		もも・パイン・ナタデココ	メロンゼリー・さとう							
24	木	むぎごはん			こめ・おおむぎ						663	28.8
		なすいりカレーライス	ぎゅうにく	なす・にんじん・たまねぎ・しょうが	じゃがいも・レンズまめ・カレーウ	小麦						
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	にんにく	あぶら	乳						
		じもとやさいのコールスロー	ハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	ドレッシング							
25	金	ごはん			こめ						616	24.6
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		ヘルシーマーボードウフ	とうふ・だいず・ぶたにく・みそ	にんじん・にら・ねぎ・たけのこ・にんにく	さとう・でんぷん・あぶら							
		パンサンスー	ハム	きゅうり・とうもろこし	はるさめ・さとう・ごまあぶら							
28	月	ごはん			こめ						591	26.1
		ピピンパのぐ(にく)	ぶたにく	しょうが・たけのこ・にんじん	さとう・あぶら							
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ほうれんそう・もやし	さとう・ごまあぶら	乳						
		ワンタンスープ	とりにく	チンゲンサイ・たまねぎ・はくさい	ワンタンのかわ	小麦						
29	火	ごはん			こめ						577	21.8
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		さつまじる	とりにく・あぶらあげ・わかめ・みそ	こんにゃく・えのきだけ・はくさい・ごぼう	さつまいも							
		つくね・2こ	とりにく・とりレバー	たまねぎ	でんぷん・さとう・こめこパンこ							
30	水	てっこつあえ	ちりめんじゃこ	こまつな・もやし	さとう						617	26.0
		ココアパウダー			ココアパウダー							
		ひやしちゅうかめん			ひやしちゅうかめん	小麦						
		ひやしちゅうかのぐ(たまご)	たまご		さとう・でんぷん・あぶら	卵						
30	水	※ひやしちゅうかスープ(1しょくよう)	とりにく・わかめ	もやし・きゅうり・にんじん	さとう						617	26.0
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
		あげぎょうざ・2こ	とりにく・だいず	キャベツ・たまねぎ・にんにく・しょうが	ラード・でんぷん・さとう・あぶら	小麦						

きょうど
りょうりを
あじわうひ

あいちをたべる
かっこう
きょうしょく
のひ

けし
夏至

まごは
やさしい
ごんだて

18日は愛知を食べる学校給食の日です。16日から23日の6日間には、愛知県産や一宮市産の食材や

愛知県の郷土料理などがたくさん登場します。地元の恵みに感謝し、
味わっていただきます。献立表では、地元ゆかりのある食材
や献立名が太字になっています。



〇4日から10日は歯と口の健康週間です〇

この一週間は、かみごたえのある食べ物やカルシウムの
多い食べ物がたくさん登場します。よくかむことを意識し
ながらいただきます。

