



令和5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	こんだてめい 献立名	あか 赤：おもにからだをつくるもとになる	緑：おもにからだのちょうしをととのえる	黄：おもにエネルギーのもとになる	アレルギー義務表示 男：乳 女：小麦 え：えび か：かぶ そ：そば 落：落花生 花：花粉 牛：牛乳	中学生量を掲載 エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
			さかな・にく・たまご・だいす ぎゅうにゅう・かいそう	やさい・くだもの・きのこ	ごはん・パン・めん・いも さとう・あぶら			
1 木	ごはん				こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳		
	ハンバーグのおろしだれ	とりにく・ぶたにく	だいこん・たまねぎ		あぶら・さとう・でんぶん・ラード		627	27.5
	いろどりサラダ	とりにく	キャベツ・ぎゅうり・どうもろこし あかハブリカ		ドレッシング			
	さわにわん	ぶたにく・とうふ	にんじん・ごぼう・こまつな・ほししいだけ					
2 金	ソフトめん			ソフトめん		小麦		
	ごっちまぜジャージャめん	とりにく・みそ	れんこん・なす・キャベツ・はくさい にんじん・じゅうろくささげ		あぶら・さとう・でんぶん			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		703	27.9
	はるまき	ぶたにく	キャベツ・もやし・にんじん・にら エリンギ	でんぶん・さとう・こまあぶら あぶら・こむぎこ	小麦			
5 月	ナムル	ツナ	もやし・チングンサイ	さとう・こまあぶら				
	ごはん			こめ			598	26.5
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	あつやきたまご	たまご		さとう・あぶら	卵			
	かみかみいかサラダ	ハム・いか	キャベツ・ぎゅうり・どうもろこし・ごぼう	ドレッシング				
6 火	オクラのしろみそしる	ぶたにく・とうふ・あぶらあげ・みそ	だいこん・オクラ・にんじん・しめじ					
	ごはん			こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	とりにくとれんこんのあまからがらめ	とりにく・だいす	れんこん	でんぶん・あぶら・さとう			721	27.0
7 水	にくじやが	ぎゅうにく	にんじん・たまねぎ・さやいんげん こんにゃく	さとう・あぶら・じゃがいも				
	ごくごごはん			こめ・おおむぎ・はつがげんまい くうまい・もちきび・あかまい				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	さばのぎんがみやき	さば・みそ		さとう・こめこ			602	27.4
	きんひらごぼう	とりにく	ごぼう・こんにゃく・さやいんげん	さとう・こまあぶら				
8 木	すまじる	とうふ	にんじん・だいこん・えのきだけ・みつば					
	ごはん			こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	たこのからあげ	たこ		でんぶん・あぶら				
	あかじそええ		もやし・きゅうり・あかじそ					
9 金	なまあげのそぼろに	なまあげ・とりにく・はんべん	にんじん・さやいんげん・ほししいだけ だいこん・しょが	さとう・でんぶん・あぶら				
	ぐろロールパン			ぐろロールパン		小麦・乳		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	クリームパンネ	ペーパー・なまクリーム・チーズ ぎゅうにゅう・スキムミルク	ブロッコリー・はくさい・にんじん たまねぎ	パンネ・こめこホワイトルウ・あぶら	乳・小麦		699	23.7
	だいコーンサラダ	ツナ	だいこん・どうもろこし・ほうれんそう	ドレッシング				
12 月	さつまいもチップス			さつまいも・さとう・あぶら				
	ごはん			こめ				
	ピーフカレー	ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・グリンピース トマト・しょうが・にんにく	じゃがいも・カレールウ・あぶら	小麦			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		650	22.2
	まめまめサラダ	とりにく・だいす	えだまめ・キャベツ	ドレッシング				
13 火	メロン		メロン					
	ごはん			こめ			632	28.8
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	さわらのしおこうじやき	さわら		こめこ・オリーブあぶら・あぶら				
	こがねあえ		ほうれんそう・キャベツ・どうもろこし	さとう				
14 水	こまみそしる	ぶたにく・とうふ・わかめ・みそ	だいこん・しめじ・ねぎ	じゃがいも・こま				
	ごはん			こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	しゅうまい・2こ	ぶたにく・とりにく	たまねぎ	さとう・こむぎこ	小麦		565	26.9
	ちゅうかあえ	とりにく	もやし・こまつな	さとう・こまあぶら				
15 木	ハッポウサイ	ぶたにく・いか・えび	たまねぎ・キャベツ・にんじん チングンサイ・たけのこ	でんぶん	えび			
	きしめん			きしめん	小麦			
	きしめん(しる)	とりにく・かまぼこ・あぶらあげ	にんじん・はくさい・ほうれんそう ほししいだけ					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	すんだもち		えだまめ	しらたまだんご・さとう			578	23.4

◆お知らせ◆

①一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。

②1日、6日、7日、8日、13日、21日、26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。

③献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。

④都合により献立が変更になる場合があります。

※30日(金)のひやしちゅうかのたれは赤・緑・黄に分類していません。

2日(金) ごっちまぜジャージャめん

尾西第二中学校の生徒が考へてくれた献立です。地元の食材を味わえる献立してくれました。
野菜をみじん切りにして、めんにからみやすいように工夫してくれました。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食のウェブページに「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。





令和5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	こんなでまい 献立名	アレルギー義務表示			中学生量を掲載	
			赤：おもにからだをつくるものとなる さかな・にく・たまご・だいす きゅうにゅう・かいそう	緑：おもにからだのちょうしをととのえる やさい・くだもの・きのこ	黄：おもにエネルギーのもととなる ごはん・パン・めん・いも さとう・あぶら	卵 乳 小麦 大豆 小麦 小麦	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
16	金	ごはん			ごめ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
		かれいフライ	かれい		あぶら・パンこ・こむぎこ	小麦	582 24.5
		ひじきのいのために	ひじき	にんじん・とうもろこし・さやいんげん	さとう・あぶら		
19	月	けんちんじる	とりにく・なまあげ	たいこん・こぼう・ほししいだけ こんにゃく・ねぎ			
		ごはん			ごめ		740 27.4
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
		あいちのあおじそからあげ	とりにく	にんにく・あおじそ	ごめこ・でんぶん・あぶら		
20	火	しらすいりつみれだんごじる	しらすいりつみれだんご・とうふ	だいこん・にんじん・こまつな えのきだけ・ほししいだけ			
		ういろう			ごめこ・さとう こむぎでんぶん	小麦	556 25.3
		むぎごはん			ごめ・おむぎ		
		ピピンバのぐ(にく) (やさい)	ぶたにく・みそ	しょうが・にんにく・にんじん・たけのこ	あぶら・さとう		
21	水	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ほうれんそう・もやし	ごまあぶら・さとう	乳	
		にらたまスープ	たまご・とうふ	たまねぎ・にら・とうもろこし	でんぶん	卵	563 25.5
		ごはん			ごめ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
22	木	しろみざかなのえのきだれ	ホキ	えのきだけ	でんぶん・あぶら・さとう		647 28.6
		こまつなのにびたし	あぶらあげ・かつおけすりぶり	こまつな	さとう		
		とうがんじる	とりにく・かまぼこ	とうがん・はくさい・にんじん ほししいだけ・ねぎ			
		こむぎりいこめこロールパン			こむぎりいこめこロールパン	小麦・乳	
23	金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
		ポロニアステーキ	とりにく・ぶたにく		でんぶん・さとう・ラード・あぶら		656 24.1
		ラタトゥイユ		トマト・なす・ピーマン・きパブリカ エリンギ・にんにく	さとう・オリーブあぶら		
		コーンポタージュ	とりにく・ぎゅうにゅう スキムミルク	たまねぎ・にんじん プロッコリー・とうもろこし	ごめこホワイトルウ・あぶら しゃがいも	乳	
26	月	ごはん			ごめ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	668 25.4
		コロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゅがいも・あぶら・パンこ こむぎこ	小麦	
		さっぱりいしいしゃぶサラダ	ぶたにく・のり	たまねぎ・もやし・ねぎ	さとう		
27	火	なすとかぼちゃのみぞしる	あぶらあげ・とうふ・みそ	かぼちゃ・なす・だいこん・にんじん こまつな			
		ごはん			ごめ		649 16.8
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
		マーべードウフ	ぶたにく・とうふ・みそ	ねぎ・にら・にんじん・たけのこ たまねぎ・しょうが・にんにく	さとう・あぶら・でんぶん		
28	水	パンサンス	ハム	きゅうり・とうもろこし	さとう・ごまあぶら・はるさめ		
		アーモンドこざかな	かたくちいわし		アーモンド・さとう		606 25.5
		ごはん			ごめ		
		ハヤシライス	ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・グリンピース トマト・にんにく	じゃがいも・ハヤシルウ・あぶら	小麦	
29	木	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
		がまごおりみかんゼリーあえ		もも・パイナップル・みかん・ナタデココ	みかんゼリー		678 24.6
		むぎごはん			ごめ・おおむぎ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
30	金	あじのおちゃフライ	あじ	ちやば	パンこ・こむぎこ・あぶら	小麦	639 24.4
		ズッキーニのスタミナいため	ぶたにく	ズッキーニ・たまねぎ・にんにく	さとう・あぶら		
		いももちじる	とりにく	だいこん・にんじん・ほうれんそう・ねぎ	いももち・じゃがいも		
		ごはん			ごめ		
30	金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳	
		ちくわのいそべあげ 1~3ねん: 2ほん 4~6ねん: 3ほん	ちくわ・あおのり		ごめこ・あぶら		639 24.4
		きりぼしだいこんサラダ	ハム	きりぼしだいこん・キャベツ	ドレッシング		
		ぐだくさんみぞしる	なまあげ・みそ	にんじん・かぼちゃ・たまねぎ・はくさい なめこ・ほうれんそう			
30	金	あじつけのり	のり				
		ひやしちゅうかめん			ちゅうかめん	小麦	639 24.4
		ひやしちゅうかのぐ(たまご)	たまご		あぶら・さとう	卵	
		(やさい)	とりにく・わかめ	もやし・にんじん・みずな・かんてん	さとう		
30	金	※ひやしちゅうかのたれ	ぎゅうにゅう			乳	
		あげぎょうざ・2こ	とりにく	キャベツ・たまねぎ・ににく・しょうが	ラード・でんぶん・あぶら ごまあぶら・こむぎこ	小麦	

19日(月) 愛知を食べる学校給食の日

愛知県が全国1位の出荷量である青じそを使用したから揚げ、愛知県産のしらすを使用したつみれ団子入りすまし汁、愛知県で昔から食べられている「ういろう」が出ます。

愛知県産の食材とそれを使用した献立は太字でお知らせしています。愛知県の食材を味わいましょう。

