



平成30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	あか	みどり	き	アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 えび かに そば 落花生
		からだのち・にく・ほねに なるしょくひん	からだのちようしをととのえる しょくひん	からだのねつやちからの もとになるしょくひん	
1 金	ごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	とうふのすましじる	とうふ・かまぼこ	はくさい・にんじん・みつば・えのきたけ		
	あげまぐろのいそベソース	まぐろ・あおのり		でんぷん・あぶら	
	ぶたにくときりほしだいこんの ピリからあおぼあえ	ぶたにく	おおぼ(あおしそ)・きりほしだいこん・ しょうが・にんにく	ごまあぶら・ごま・さとう	
4 月	ごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	ちゃんこじる	ぶたにく・やきとうふ	はくさい・えのきたけ・しらたき・ねぎ・ にんじん・しょうが		
	おからコロッケ	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
	うめふうみあえ		だいこん・きゅうり・うめぼし		
5 火	ごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	さわにわん	ぶたにく・あぶらあげ	にんじん・だいこん・ごぼう・たけのこ・ねぎ・ほししいたけ		
	たことだいずのあまがらめ	たこ・だいず		こめこ・でんぷん・さとう・あぶら	
	おかかあえ	かつおけずりぶし	ほうれんそう・もやし	さとう	
6 水	むぎごはん			こめ・おおむぎ	
	カレーライス	ぶたにく	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・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
	8020(はちまるにいまる)サラダ	ツナ	きりほしだいこん・ごぼう・えだまめ・ アスパラガス・とうもろこし	ドレッシング	
	ふくじんづけ		ふくじんづけ		
7 木	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
	てりやきドッグのぐ(ハンバーグ) (カラフルソテー)	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・しょうが・にんにく キャベツ・ピーマン・あかパプリカ・きパプリカ	ラード・さとう・でんぷん・あぶら あぶら	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	ポトフ	ウインナー	たまねぎ・にんじん・だいこん・ブロッコリー	じゃがいも	
	ごはん			こめ	
8 金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	こんさいごまじる	ぶたにく・みそ	だいこん・ごぼう・にんじん・ねぎ	ごま・さといも	
	こうなごのからあげ	こうなご		でんぷん・あぶら	
	ひじきいりわふうマカロニサラダ	ひじき・ハム	きゅうり	さとう・マカロニ・ノンエッグマヨネーズ	小麦
	11 月	ごはん			こめ
ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			乳
にらたまスープ		ベーコン・たまご	にら・たまねぎ・えのきたけ・はくさい	でんぷん	卵
はるまき		ぶたにく	キャベツ・にんじん・もやし・にら・エリンギ	でんぷん・あぶら・こむぎこ・ さとう・ごまあぶら・みずあめ	小麦
ちゅうかあえ			もやし・きゅうり・にんじん	さとう・ごまあぶら	
12 火	むぎごはん			こめ・おおむぎ	
	とりそぼろごはんのぐ	とりにく	しょうが・えだまめ	さとう・あぶら	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	スタミナじる	ぶたにく・なまあげ・みそ	にんじん・しめじ・たまねぎ・にんにく・ねぎ	じゃがいも	
	ほねぶとあえ	ちりめんじゃこ	ほうれんそう・キャベツ	さとう	
13 水	ごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	たまふじる	とりにく・かまぼこ	にんじん・はくさい・ほししいたけ・みつば	たまふ	小麦
	なまあげのにくやさいかけ 1~3ねん:1こ・4~6ねん:2こ	なまあげ・ぶたにく	あかパプリカ・たまねぎ・こまつな・ エリンギ・しょうが	さとう・でんぷん	
	ソフトめん			ソフトめん	小麦
14 木	あんかけスパふう	ぎゅうにく・ウインナー	にんにく・たまねぎ・ピーマン・にんじん・ マッシュルーム・とうもろこし・トマト	さとう・でんぷん	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	しろみざかなフライ	カレイ		パンこ・こむぎこ・あぶら	小麦
	はなやさいサラダ		ブロッコリー・カリフラワー	ドレッシング	
	1しょくようタルタルソース			タルタルソース	卵

★給食レシピ紹介★

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きます。

QRコードを
読み取り



歯と口の健康週間

毎年、6月4日~10日までの1週間を「歯と口の健康週間」としています。歯だけでなく、口の中やその周囲まで健康に保つように定められました。よくかんで食べることは、歯を丈夫にし、だ液をたくさん出して口の中を清潔に保つことにつながります。4日~8日の給食では、よくかんで食べられるように、かみごたえのある献立が登場します。



★献立紹介★

1日(金)「豚肉と切り干し大根のピリ辛大葉あえ」は、三條小学校の児童が考えてくれました。一宮市で作られた太めの切り干しだいこんと、愛知県で栽培がさかんな大葉(青しそ)を使っています。香りのよい大葉とごま油で食欲をそそり、ビタミンB1を含む豚肉を使って夏バテを予防します。



平成30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						
		からだのち・にく・ほねに なるしよくひん	からだのちようしをととのえる しよくひん	からだのねつやちからの もとなるしよくひん	卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生
15 金	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	マーボードウフ	ぶたにく・とうふ・みそ	たまねぎ・たけのこ・にら・にんにく・しょうが	さとう・でんぷん							
	パンサンスー	ハム	きゅうり・にんじん	はるさめ・さとう・ごまあぶら							
18 月	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	たまねぎのみそしる	こうやとうふ・あぶらあげ・わかめ・みそ	たまねぎ・にんじん	じゃがいも							
	あおしそいりあじフライ	あじ	あおしそ	あぶら・パンこ・こむぎこ		小麦					
19 火	キャベツぞえ		キャベツ・みすな	さとう							
	こめロールパン			こめロールパン		小麦・乳					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	ホワイトシチュー	ベーコン・ぎゅうにゅう	たまねぎ・にんじん・パセリ	ホワイトルウ・じゃがいも		小麦・乳					
20 水	うきのだまごオムレツ	たまご		さとう・でんぷん・あぶら		卵					
	あいちらつウイユぞえ		たまねぎ・なす・トマト・あかパプリカ・エリンギ・にんにく	オリーブあぶら・さとう							
	ココアパウダー			ココアパウダー							
	ごはん			こめ							
21 木	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	ツナじゃが	ツナ	にんじん・たまねぎ・こんにやく・さやいんげん	じゃがいも・さとう							
	つくね・2こ	とりにく・とりレバー	たまねぎ	でんぷん・あぶら・こめパンこ・さとう							
	そくせきづけ		きゅうり・はくさい・たくあん								
22 金	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	えびだんごしる	えびだんご	はくさい・にんじん・しめじ・ねぎ			えび					
	ホキのチリソース	ホキ	たまねぎ・しょうが	でんぷん・あぶら・さとう							
25 月	ちゅうかサラダ	ハム	チンゲンサイ・もやし	ごまあぶら・さとう							
	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	とうがんじる	とりにく	とうがん・ほししいたけ・えのきたけ・はくさい・にんじん・ねぎ・しょうが	でんぷん							
26 火	さばのぎんがみやき	さば・みそ		こめこ・さとう							
	きゅうりのこんぶあえ	こんぶ	きゅうり・キャベツ								
	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
27 水	ピリカラじる	とうふ・みそ	はくさい・ねぎ・しめじ	トック		乳					
	とりにくとポテのりしおふうみ	とりにく・あおのり	しょうが	じゃがいも・でんぷん・あぶら		小麦					
	むぎごはん			こめ・おむぎ							
	ミートボールいりハヤシライス	ミートボール	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・トマト	あぶら・じゃがいも・ハヤシルウ		小麦					
28 木	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	アセロラフルーツヨーグルト	ヨーグルト	パイン・もも・ナタデココ	アセロラジュレ		乳					
	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(ハム)	ハム									
29 金	(たまご)	たまご		でんぷん・さとう・あぶら		卵					
	(やさい)	わかめ	もやし・きゅうり・にんじん								
	※(1しよくようひやしちゅうかスープ)					小麦					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
30 土	あげギョウザ・2こ	ぶたにく	キャベツ・にんにく・にら・たまねぎ	でんぷん・さとう・ラード・こむぎこ・パンこ・あぶら		小麦					
	れいとうみかん		みかん								
	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
1 日	とうにゅうみそしる	とうふ・あぶらあげ・とうにゅう・みそ	かぼちゃ・だいこん・えのきたけ・ねぎ								
	いわしのうめに	いわし	うめほし	さとう・でんぷん							
	こがねあえ		こまつな・キャベツ・とうもろこし	さとう							

お知らせ

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」を使用していません。
- ② 1日・5日・12日・15日・20日・25日・29日のおかずの原料には「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 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。くわしくは栄養教諭・学校栄養職員にお問い合わせください。※冷やし中華スープは、3つの仲間に分類しません。

★献立紹介★ 愛知を食べる学校給食の日

19日(火)「米粉ロールパン」は、一宮市やその周辺で収穫されたお米の粉から作られています。

また、オムレツに使っている卵は一宮市浮野地区でとれた卵を使っています。愛知県で多く栽培されている「トマト」「なす」「たまねぎ」を使ったラタトゥイユを添えて、地元・愛知の味をおいしくいただきます！

