

平成28年 6月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇中学校

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		アレルギー義務表示						
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	卵	乳	小麦	そば	花生		
		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 水	ご飯					米								
	牛乳		牛乳					○						
	五目中華スープ	豚肉		にんじん・チンゲン菜	はくさい・たけのこ・しめじ									
	焼きぎょうざ・2個	鶏肉・豚肉・卵白粉		にら	キャベツ・たまねぎ	小麦粉・でん粉 砂糖・もち米粉	油・ごま油・豚脂	○	○	○				
	わかめ中華サラダ	鶏肉	わかめ		きゅうり・キャベツ・とうもろこし	砂糖	ごま油							
2 木	ソフトめん					ソフトめん								
	肉みそソフトめん	鶏肉・みそ・はんぺん		にんじん	えのきたけ・ねぎ	でん粉・砂糖								
	牛乳		牛乳					○						
	白身魚のフライ	かれい				パン粉・小麦粉	ショートニング・油			○				
	三色あえ	かに風味かまぼこ		こまつな	もやし	砂糖								
3 金	ご飯					米								
	牛乳		牛乳					○						
	いか団子汁	いか団子・とうふ		にんじん	えのきたけ・はくさい ねぎ・干しいたけ									
	鶏肉のレモン煮・2個	鶏肉			しょうが・レモン	でん粉・砂糖	油							
	豆まめサラダ	大豆			えだまめ・きゅうり・とうもろこし	白いんげん豆	ドレッシング							
6 月	ご飯					米								
	牛乳		牛乳					○						
	かきたま汁	卵・鶏肉・とうふ		みつば	えのきたけ・干しいたけ	でん粉				○				
	タコのから揚げ	たこ				米粉・でん粉	油							
	磯香あえ	ちくわ	のり	こまつな	もやし・はくさい									
7 火	スライスパン					スライスパン								
	いちごジャム					いちごジャム								
	牛乳		牛乳					○						
	ポークビーンズ	大豆・豚肉		にんじん・トマト	たまねぎ・えだまめ・にんにく	じゃがいも・砂糖	油							
	かぼちゃひき肉フライ	豚肉		かぼちゃ	たまねぎ	パン粉・でん粉・小麦粉	油・豚脂			○				
グリーンサラダ	ハム		フロッコリー アスパラガス	きゅうり・とうもろこし		ドレッシング								
8 水	ご飯					米								
	牛乳		牛乳					○						
	沢煮わん	豚肉・油揚げ		にんじん	だいこん・ごぼう・ねぎ たけのこ・干しいたけ									
	さわらの西京焼き	さわら・みそ				砂糖	油							
	ひじきの五目煮	鶏肉	ひじき	にんじん	えだまめ・とうもろこし	砂糖								
9 木	麦ご飯					米・大麦								
	牛乳		牛乳					○						
	マーボー豆腐	豚肉・とうふ・みそ		にんじん・にら	にんにく・ねぎ・たけのこ	砂糖・でん粉	ごま油							
	パンパンジー	鶏肉		チンゲン菜	きゅうり		ドレッシング							
	パイ				パイ									
10 金	ご飯					米								
	牛乳		牛乳					○						
	大根のそぼろ煮	鶏肉・はんぺん いか		にんじん さやいんげん	だいこん・しょうが・干しいたけ	砂糖・こんにゃく								
	ししゃもフライごまソース・3本	ししゃも				パン粉・小麦粉・砂糖 でん粉	油・ごま			○				
	昆布あえ		こんぶ		もやし・はくさい									
13 月	ご飯					米								
	牛乳		牛乳					○						
	ちゃんこ汁	焼きとうふ・豚肉		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ しょうが		しらたき							
	さばの塩焼き	さば					油							
	きんぴらごぼう	はんぺん		にんじん さやいんげん	ごぼう	砂糖	ごま油							
14 火	ご飯					米								
	牛乳		牛乳					○						
	豆乳みそ汁	とうふ・豚肉 豆乳・みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ・えのきたけ ごぼう・ねぎ									
	和風コロッケ	大豆		にんじん	れんこん	じゃがいも・パン粉 米粉・小麦粉・でん粉	油・ショートニング			○				
	ゆかりあえ			赤じそ粉	きゅうり・キャベツ									
15 水	麦ご飯					米・大麦								
	カレーライス	豚肉		にんじん	たまねぎ・えだまめ・しょうが にんにく	じゃがいも・カレールウ	油			○				
	牛乳		牛乳					○						
	福神漬				福神漬									
	フルーツクリームヨーグルト		生クリーム ヨーグルト		もも・みかん・夏みかん・パイ	砂糖			○					

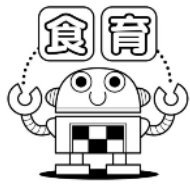
☆歯と口の健康週間☆

4～10日は『歯と口の健康週間』です。
この期間には、かみごたえのある食材や、
カルシウムの多い食材などを使った献立が
登場します。



☆愛知を食べる学校給食の日☆

6月は「食育月間」・毎月19日は「食育の日」です。
愛知県では6月19日を含む一週間で「愛知を食べる学校給食の日」としており、
給食では、20日からの一週間に、愛知県で採れた農作物を使った料理や愛知
県の伝統食材などがたくさん登場します。 お楽しみに！



平成28年 6月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇中学校

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		アレルギー義務表示					
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	卵	小麦	そば	落花生		
		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 木	サンドイッチロール					サンドイッチロールパン		○	○				
	牛乳		牛乳					○					
	冬瓜のころころ野菜スープ	ベーコン		にんじん・ブロッコリー	とうがん・とうもろこし		油						
	照り焼きドック (ハンバーグ) (キャベツソテー)	鶏肉・豚肉			たまねぎ キャベツ	砂糖・でん粉・パン粉	油・豚脂		○				
17 金	ご飯					米		○					
	牛乳		牛乳					○					
	けんちん汁	鶏肉・生揚げ		にんじん	ごぼう・ねぎ	さといも・こんにゃく							
	まぐろとイカのみそがらめ 黄金あえ	まぐろ・いか・みそ		ほうれんそう	しょうが もやし・とうもろこし	砂糖・でん粉 砂糖	油・ごま						
20 月	ご飯					米		○					
	牛乳		牛乳					○					
	八宝菜	豚肉・えび・うずら卵		ピーマン・にんじん	たけのこ・たまねぎ・はくさい 干しいたけ	でん粉・砂糖	油	○					
	愛知のしゅうまい・3個 パンサンスー	豚肉 ハム			たまねぎ・しょうが きゅうり・とうもろこし	でん粉・小麦粉・砂糖 はるさめ・砂糖	ごま油		○				
21 火	きしめん					きしめん		○					
	五目きしめん	鶏肉・かまぼこ		にんじん	はくさい・干しいたけ・ねぎ	でん粉							
	牛乳		牛乳					○					
	愛知の卵焼き 土佐あえ	卵 いか		にんじん・こまつな 青じそ かつお削り節	れんこん・しいたけ もやし	砂糖・でん粉	油	○					
22 水	ご飯					米		○					
	牛乳		牛乳					○					
	愛知の味覚汁	鶏肉		にんじん・みつば	だいこん・はくさい	さといも							
	生揚げの八丁みそがけ・2個 ふるさと野菜のごま酢あえ	豚肉・生揚げ 八丁みそ				でん粉・砂糖 砂糖	ごま・ごま油						
23 木	あいちの米粉パン					愛知の米粉パン		○	○				
	牛乳		牛乳					○					
	コーンクリームスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし	ホワイトルウ	油	○	○				
	愛知のチキンカツマトソース 花野菜添え	鶏肉		トマト ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー	砂糖・パン粉・小麦粉	油・ショートニング ドレッシング	○					
24 金	ご飯					米		○					
	牛乳		牛乳					○					
	知多の玉ねぎみそ汁	油揚げ・みそ		にんじん	たまねぎ・はくさい・ねぎ	じゃがいも							
	和風おろしハンバーグ 愛知の香りあえ	鶏肉・豚肉			たまねぎ・だいこん キャベツ・きゅうり	砂糖・でん粉	油						
27 月	ご飯					米		○					
	牛乳		牛乳					○					
	肉じゃが	豚肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・こんにゃく 砂糖							
	アジフライ 添え野菜	あじ			キャベツ・きゅうり	米粉パン粉・でん粉・米粉	油						
28 火	冷やし中華めん					中華めん		○					
	冷やし中華の具	ハム・卵 かに風味かまぼこ		にんじん	もやし・きゅうり		ごま油	○					
	牛乳		牛乳					○					
	春巻 杏仁豆腐	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ パイナップル・みかん・もも	でん粉・砂糖・小麦粉 砂糖・豆乳杏仁豆腐	油・ごま油		○				
29 水	ご飯					米		○					
	牛乳		牛乳					○					
	みそ汁	油揚げ・みそ とうふ			だいこん・えのきたけ・ねぎ	さといも							
	鶏肉とごぼうの甘辛だれ 鉄骨あえ	鶏肉			ごぼう・しょうが キャベツ	砂糖・でん粉 砂糖	油・ごま						
30 木	麦ご飯					米・大麦		○					
	牛乳		牛乳					○					
	豆まめハヤシライス	豚肉・大豆		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも・ハヤシルウ ひよこ豆	油		○				
	ポパイサラダ 冷凍みかん	ハム		ほうれんそう	キャベツ みかん		マヨネーズ	○					

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 8日・17日・22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。詳しくは学校栄養士にお問い合わせください。

☆献立紹介☆

16日の『冬瓜のころころ野菜スープ』は、尾西第二中学校の生徒さんが考えてくれた献立です。
野菜をサイコロ型に切り、食べやすいように工夫してあります。
冬瓜は、夏に旬を迎えます。味が控えめでさっぱりしているので、暑い夏に食べやすい食材です。

