



# 令和6年6月分 学校給食献立予定表



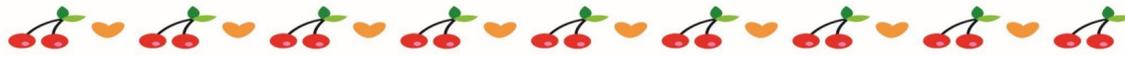
よくかんでたべよう

日 曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるものになる		みどり：おもにからだのちょうしをととのえるものになる		き：おもにエネルギーのものになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	中学年量掲載 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		
3月	ごはん	さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん *ごさかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ		607
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	きぬあつあげのにくみそがけ	だいす・【ぶたにく】 【あかみそ】				でんぷん・さとう	あぶら	大豆 豚肉	
	とりだんごじる 〈とりだんご〉	とりにく		にんじん・ほうれんそう	はくさい・だいこん・えのきたけ ほししいたけ			鶏肉	
4火	わかめごはん	だしを あじわうひ	わかめ			【こめ】			623
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば	
	◎ほうれんそうのささみあえ	ささみフレーク		ほうれんそう			ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン りんご	
5水	くろロールパン					くろロールパン		小麦 乳 大豆	633
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆ささみカツ	とりにく				じゃがいも・こめこ でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 大豆	
	ミネストローネ	ウイナー・だいす		にんじん・パセリ トマト	たまねぎ・キャベツ	マカロニ・じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆	
6木	ごはん					【こめ】			600
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆いかのたつたあげ	いか・みそ			しょうが・にんにく	でんぷん・さとう	ごまあぶら あぶら	いか	
	かみかみみそじる	とりにく・あつあげ ミックスみそ		にんじん	こんにゃく・ごぼう きりほしだいこん・【ねぎ】		あぶら	鶏肉 大豆	
7金	ごはん					【こめ】			603
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	ぶたにくとやさいのほそぎりいため	ぶたにく		ピーマン・にんじん あかパプリカ	たけのこ・エリンギ・にんにく	さとう・でんぷん	ごまあぶら あぶら	豚肉	
	はっぼうたん	とりにく・えび		にんじん	はくさい・【ねぎ】 ほししいたけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 えび 豚肉	
10月	ごはん					【こめ】			597
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆はるまき	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぷん・さとう こむぎこ・みずあめ	ごまあぶら あぶら	豚肉 小麦	
	はるさめスープ	ベーコン		にんじん・チンゲンサイ	はくさい・ほししいたけ とうもろこし	はるさめ	あぶら	豚肉 大豆	
11火	ごはん	ただしい はしつかいのひ				【こめ】			599
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	かんとうに	とりにく・はんぺん		にんじん	だいこん・こんにゃく	さといも・さとう	あぶら	鶏肉 大豆	
	あつやきたまご	たまご				さとう・でんぷん	あぶら	卵	
12水	◎ひじきのツナあえ	まぐろフレーク	ひじき	ほうれんそう	とうもろこし	さとう	ドレッシング	大豆 ごま	24.7
	しらたまうどん					しらたまうどん		小麦	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	カレーうどん(しる)	ぶたにく・あぶらあげ かまぼこ		にんじん	たまねぎ・【ねぎ】 ほししいたけ	カレールウ・でんぷん	あぶら	豚肉 大豆 小麦	
13木	キャベツいりつくね	とりにく・かつおぶし			【キャベツ】・しょうが	でんぷん・さとう	ラード あぶら	鶏肉 豚肉	24.9
	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ			
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	スタミナどんのぐ	ぶたにく		にんじん・にら	たまねぎ・にんにく	さとう・でんぷん	ごま・あぶら	豚肉 ごま	
14金	トックク	ベーコン	わかめ	にんじん	たまねぎ・ほししいたけ 【ねぎ】	トック	あぶら	豚肉 大豆	24.0
	ごはん					【こめ】			
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆めひかりフライ・2こ		【めひかり】			パンこ・こむぎこ	あぶら	小麦	
17月	◎きりほしだいこんのごまずあえ				【きりほしだいこん】 きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら	ごま	22.6
	あいちのめくみじる	【ぶたにく】・【とうふ】 あかみそ	わかめ	【みつば】・にんじん	【たまねぎ】・【なす】 えのきたけ	じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆	
	*あいちのみかんゼリー				【みかん】	さとう			
	ごはん					【こめ】			
17月	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	611
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう・でんぷん	あぶら	鶏肉	
	とうがんじる	かまぼこ		にんじん・はねぎ	とうがん・はくさい ほししいたけ				

毎月19日は「食育の日」です。  
食について、家族でも話し合ってみましょう！



# 令和6年6月分 学校給食献立予定表



よくかんでたべよう

日曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるもとになる		みどり：おもにからだのちょうしをととのえるもとになる		き：おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	中学年量を掲載 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん				
18	火	ごはん	さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん *こざかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ	乳	594	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		あじのうめおろしがけ	あじ・かつおぶし		しそ	だいこん・うめ	さとう・でんぷん	あぶら			りんご
		◎オクラのネバネバあえ			オクラ	なめこ	さとう				オレンジ 大豆
		しんたまねぎのみそしる	あつあげ・しろみそ	わかめ	にんじん	たまねぎ・【ねぎ】					大豆
*すいか				すいか					29.3		
19	水	スライSPAN					スライSPAN		小麦 乳 大豆	718	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		ハンバーグのケチャップソースがけ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	でんぷん・さとう	ラード あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 りんご		
		ポイルキャベツ				キャベツ					
		なつやさいのクリームスープ	ベーコン・とうにゅう		にんじん・【トマト】 パセリ	たまねぎ・とうもろこし ズッキーニ	ホワイトルウ	あぶら	豚肉 大豆		
いちごジャム				いちご	さとう・みずあめ			26.6			
20	木	わかめごはん		わかめ			【こめ】			634	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		にくじゃが	ぶたにく		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら	豚肉		
		ごぼういりつくね・3こ	とりにく			たまねぎ・ごぼう・しょうが	でんぷん・さとう	ラード あぶら	鶏肉 豚肉 大豆		
21	金	ごはん					【こめ】			620	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		☆ミンチカツ	ぶたにく			たまねぎ	パンこ・こむぎこ でんぷん・さとう	あぶら	豚肉 小麦 大豆		
		かきたまじる	【たまご】・とりにく かまぼこ		にんじん・はねぎ	えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら	卵 鶏肉		
24	月	ごはん					【こめ】			624	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		☆ポテトコロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 牛肉 小麦 大豆		
		けんちんじる	とりにく・【とうふ】		にんじん	こんにゃく・ごぼう・だいこん 【ねぎ】		あぶら	鶏肉 大豆		
やさいふりかけ	かつおぶし	のり	まっちゃん・プロッコリー ほうれんそう・かぼちゃ		さとう・でんぷん			20.6			
25	火	ごはん	「まこわやさしい」 こんだて	ほねにきを つけてね			【こめ】			692	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		☆たらとじゃがいものあまがらめ	たら			しょうが	でんぷん・じゃがいも さとう	あぶら			
		◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	ごま		
ごじる	ぶたにく・だいすべすと 【とうふ】・ミックスマソ	わかめ	にんじん・はねぎ	だいこん・えのきたけ しょうが		あぶら	豚肉 大豆	25.6			
26	水	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦	707	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		しょうゆラーメン(しる)	ぶたにく・なると		にんじん・にら	もやし・【ねぎ】・とうもろこし		あぶら	豚肉 ゼラチン		
☆あげギョーザ・3こ	とりにく・だいすこ			キャベツ・たまねぎ にんにく・しょうが	でんぷん・さとう こむぎこ	ラード ごまあぶら あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	26.2			
27	木	ごはん					【こめ】			737	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		☆とりにくのチリソースがけ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぷん・こめこ さとう	あぶら	鶏肉		
わかめスープ	ベーコン・【とうふ】	わかめ	にんじん・チンゲンサイ	もやし・とうもろこし 【ねぎ】	でんぷん	ごまあぶら あぶら	豚肉 大豆	26.2			
28	金	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ			619	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		◆いちのみやなすと ズッキーニのドライカレー	とりにく		にんじん・【トマト】	ズッキーニ・【なす】・エリンギ たまねぎ・にんにく	カレールウ	あぶら	鶏肉 りんご パナナ 小麦 大豆		
さくらんぼゼリーあえ ＜さくらんぼゼリー＞				ナタデココ・パインアップル				16.9			

○ \* 印の、ヨーグルト、あいちのみかんゼリーのからようき・スプーン、すいかのかわとからぶくろ

【\*こざかな：ほねごとたべるこざかなをさします。】

はぎょうしゃがかいしゅうします。

○ サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。

○ 【 】のしよくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

○ ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

○ ☆しるしはセンターであけてちょうりしてあります。

○ ◆しるしは丹陽南小学校のじどうがかんがえたおほこんだてです。

○ 14日は「あいちをたべるがっこうきゅうしよくのひ」です。

○ 3日、4日、6日、13日、17日、18日、20日、25日、27日のおかずには、調味料にえび・かに・くるみ・小麦・卵・乳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。

一宮市では、学校給食課のウェブページに好評献立のレシピを掲載しています。ご家庭でも給食の味を再現してみてください。

**6月4日～10日は「はとくちのけんこうしょうかん」です。**

6日(木)は、「いか・こんにゃく・ごぼう・きりぼしだいこん・あげそらまめ」など、かみごたえのあるたべものがたくさんあります。よくかんでたべましょう。

