



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			
			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 ＊こさかな・かいそう	いろいろのこいやさい	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			
3 月		ごはん					【こめ】			乳 豚肉 小麦 大豆 卵 鶏肉	620 25.6
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		☆ミンチカツ	ぶたにく			たまねぎ	パンこ・こむぎこ でんぶん・さとう	あぶら			
		かきたまじる	【たまご】・とりにく かまぼこ		にんじん・はねぎ	えのきだけ・ほししいたけ	でんぶん	あぶら			
4 火		わかめごはん	だしを あじわうひ ほねにきを つけてね	わかめ			【こめ】			乳 さば 鶏肉 大豆 ゼラチン 豚肉 りんご 大豆	623 33.2
		ぎゅうにゅう			【ぎゅうにゅう】						
		さばのしおやき	さば					あぶら			
		◎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				
		ゆばのすましじる	【とうふ】・ゆば		にんじん・はねぎ	はくさい・えのきだけ ほししいたけ					
5 水		ごはん					【こめ】			乳 豚肉 ごま 豚肉 大豆	622 23.9
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		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・でんぶん	ごま・あぶら			
		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			
6 木		くろロールパン					くろロールパン			小麦 乳 大豆 乳 鶏肉 大豆 豚肉 大豆	633 26.8
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		☆ささみカツ	とりにく				じゃがいも・こめこ でんぶん・さとう	あぶら			
		ミネストローネ	ウインナー・だいず		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			
7 金		ごはん					【こめ】			乳 いか 鶏肉 大豆	596 27.6
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		☆いかのたつたあげ	いか・みそ			しょうが・にんにく	でんぶん・さとう	ごまあぶら あぶら	いか		
		かみかみみそしる	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			
		あげそらまめ					そらまめ	あぶら			
10 月		ごはん					【こめ】			乳 鶏肉	611 29.3
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		てりとり	とりにく			しょうが	さとう・でんぶん	あぶら			
		とうがんじる	かまぼこ		にんじん・はねぎ	しょうが とうがん・はくさい ほししいたけ					
11 火		しらたまうどん					しらたまうどん			小麦 乳 豚肉 大豆 小麦 鶏肉 豚肉	660 24.9
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		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・でんぶん	あぶら			
		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	でんぶん・さとう	ラード あぶら			
12 水		ごはん					【こめ】			乳 豚肉 牛肉 小麦 大豆 鶏肉 大豆	627 20.7
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		☆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			
		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			
		やさいふりかけ	かつおぶし	のり	まっちゃん・ブロッコリー ほうれんそう・かぼちゃ		さとう・でんぶん				
13 木		むぎごはん	ただしい はしつかいのひ				【こめ】・おおむぎ			乳 鶏肉 大豆 卵 大豆 ごま	599 24.8
		ぎゅうにゅう			【ぎゅうにゅう】						
		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			
		あつやきたまご	たまご				さとう・でんぶん	あぶら			
		◎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			
14 金		ごはん					【こめ】			乳 豚肉 鶏肉 えび 豚肉 乳	603 29.1
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		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・でんぶん	ごまあぶら あぶら			
		はっほうたん	とりにく・えび		にんじん	はくさい・【ねぎ】 ほししいたけ	でんぶん	あぶら			
		＊ヨーグルト		ヨーグルト							
17 月		ごはん	「まごわやさしい」 こんだて ほねにきを つけてね				【こめ】			乳 ごま 豚肉 大豆	692 25.6
		ぎゅうにゅう			【ぎゅうにゅう】						
		☆たらとじゃがいものあまがらめ	たら			しょうが	でんぶん・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			
		ごじる	ぶたにく・だいずペースト 【とうふ】・ミックスみそ	わかめ	にんじん・はねぎ	だいこん・えのきだけ しょうが		あぶら			
18 火		ごはん					【こめ】			乳 大豆 豚肉 鶏肉	607 26.3
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
		きぬあつあげのにくみそがけ	だいず・【ぶたにく】 あかみそ				でんぶん・さとう	あぶら			
		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・えのきだけ ほししいたけ たまねぎ	でんぶん・さとう				

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		
		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	いろいろいやさい	そのだのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ		
19 水	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	こんにやく・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	
20 木	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				
	なつやすみのクリームスープ	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 スッキーニ	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			
21 金	ごはん					【こめ】			638
	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	
	◎きりぼしだいこんのごまずあえ				【きりぼしだいこん】 きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら	ごま	
	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			
24 月	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	
25 火	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦	710
	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 水	ごはん					【こめ】			594
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	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				
27 木	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	
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 スッキーニのドライカレー	とりにく		にんじん・【トマト】	スッキーニ・【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 くさくらんぼゼリー>				ナタデココ・パイナップル さくらんぼ	さとう			

○ ＊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、すべてゆでてしゅうします。

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

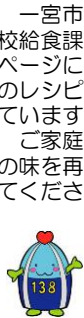
○ ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

○ ☆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うぼこんだてです。

○ 21日は「あいちをたべるがっこうきゅうしょくのひ」です。

○ 4日、5日、7日、10日、17日、18日、19日、24日、26日のおかすには、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ビを掲載しています。
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ゅうかん」です。

7日（金）は、「いか・こんにやく・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です。よくかんでたべましょう。

