



2026年6月分 学校給食献立予定表



よくかんで食べよう

日	献立名	赤：羊に体の組織をつくる		緑：羊に体の調子を整える		黄：羊にエネルギーになる		小学校	中学校
		1群(たんぱく質)	2群(カルシウム)	3群(カロテン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
1月	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					697	871
	マーボー豆腐	ふたにく とりレバー 《だいす》 とうふ あかみそ		《にんじん》 には	たけのこ ねぎ ほししいたけ しょうが にんにく	さとう でんぷん			
2火	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					632	792
	さばの照り焼き	さば				さとう でんぷん	あぶら		
3水	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					618	754
	五目うどん(汁)	とりにく かまぼこ あぶらあげ		《にんじん》	はくさい えのきたけ ねぎ ほししいたけ		あぶら		
4木	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					644	817
	ハンバーグのケチャップソースかけ	とりにく ふたにく			《たまねぎ》	でんぷん さとう	あぶら		
5金	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					616	769
	たこミンチカツ	たら たこ	《あおさ》		《キャベツ》 しょうが	でんぷん さとう パンこ こめぎこ	あぶら		
8月	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					667	829
	ポテトコロッケ	《ふたにく》 きゅうにく		にんじん パセリ	《たまねぎ》	じゃがいも パンこ さとう こめぎこ	あぶら		
9火	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					706	872
	ヨーリンチー	とりにく			にんにく しょうが ねぎ	でんぷん こめこ さとう	あぶら		
10水	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					592	747
	いわしの梅煮	いわし	ほねも たべられるよ			さとう			
11木	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					627	772
	ポロニアステーキ	とりにく ふたにく				でんぷん さとう	ラード あぶら		
12金	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					613	774
	肉じゃが	《ふたにく》		《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		
15月	ご飯						《こめ》 おおむぎ		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					598	779
	ポークシューマイ(小2・中3)	ふたにく			たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	でんぷん さとう こむぎこ みずあめ	あぶら		
16火	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					759	915
	キーマカレー	きゅうにく 《ふたにく》 《だいす》		《にんじん》 《トマト》	《たまねぎ》 えだまめ にんにく	カレーウ			
	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					23.7	27.6
	コーンフライ				とうもろこし	こむぎこ さとう パンこ でんぷん みずあめ	あぶら		
	ご飯						《こめ》		
	牛乳		《ぎゅうにゅう》					759	915
	福神漬和え		しそ		《キャベツ》 《きゅうり》 だいこん 《れんこん》 《なす》 しょうが 《なだまめ》	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！



2026年6月分 学校給食献立予定表



よくかんで食べよう

日	曜日	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校	
			1群(たんぱく質)	2群(カルシウム)	3群(カロテン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)	エネルギー(kcal)	エネルギー(kcal)	
17	水	ご飯						《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						654	839
		めひかりフライ(小2・中3)		《めひかり》							
		切干しだいこんのたまししょうゆ和え				《きりほしだいこん》 《きゅうり》			《ドレッシング》		
18	木	わかめご飯		わかめ				《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						621	807
		だいこんのそぼろ煮	とりにく はんぺん		《にんじん》 さやいんげん	《だいこん》 こんにゃく ほししいたけ しょうが		さとう	あぶら		
		とりつくね(小2・中3)	とりにく とりレバー			たまねぎ	でんぷん こめごはん さとう		あぶら	22.3	27.5
19	金	ご飯						《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						606	750
		てりとり	とりにく			しょうが		さとう でんぷん	あぶら		
		こんぶ和え		こんぶ	こまつな	《きゅうり》				27.8	32.4
22	月	中華めん						《ちゅうかめん》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						651	790
		野菜タンメン(汁)	《ふたにく》		《にんじん》 にら	もやし 《キャベツ》 とうもろこし にんにく			あぶら		
		揚げギョーザ(小2・中3)	ふたにく		にら	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 あぶら こまあぶら	22.6	26.4
23	火	ご飯						《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						594	750
		あじのおろしがけ	あじ								
		いんげんのごま和え			さやいんげん			さとう	でんぷん	あぶら	
24	水	ご飯						《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						602	755
		とりにくと野菜の黒酢あんがらめ	とりにく		ピーマン 《にんじん》	しょうが 《たまねぎ》 たけのこ	でんぷん こめ さとう		あぶら		
		チンゲンサイとツナの中巻和え	まぐろフレーク		《チンゲンサイ》		さとう		こまあぶら	23.5	27.5
25	木	ご飯						《スライスパン》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						649	789
		スラッピーショー	ぎゅうにく 《ふたにく》 だいず		あかパプリカ	《たまねぎ》 きパプリカ		さとう こめこ	あぶら		
		コールスロー				《キャベツ》 《きゅうり》			ドレッシング	28.3	33.7
26	金	ご飯						《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						723	872
		高野豆腐の卵とじ	とりにく 《たまご》 こうや豆腐 かまぼこ		《にんじん》 《みつば》	《たまねぎ》 ほししいたけ		さとう	あぶら		
		ふんわり野菜揚げ(小中2)	とうふ きよにくすりみ とうにゅう		にんじん	たまねぎ えだまめ とうもろこし	さとう こむぎこ		あぶら	30.1	35.4
29	月	ご飯						《こめ》 おおむぎ			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						700	872
		ハヤシチュー	《ふたにく》		《にんじん》 トマト	《たまねぎ》 しめじ		じゃがいも ハヤシルウ	あぶら		
		焼きフランクフルト	ふたにく				さとう		ラード あぶら	24.8	29.8
30	火	ご飯						《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						600	749
		揚げだし豆腐のそぼろあんかけ(小中2)	とうにゅう だいず ふたにく					でんぷん こめ さとう	あぶら		
		もやしのごましそひじき和え		ひじき かんてん	こまつな	もやし 《きりほしだいこん》		さとう	こま		
30	火	とり団子汁		《にんじん》		《たまねぎ》					
		《とり団子》	とりにく				でんぷん さとう			21.2	25.1

- *印の空袋等は業者が回収します。
- 《 》の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)
- 17日は「愛知を食べる学校給食の日」です。
- 料理名の前に(中)と記載されているものは中学校のみ実施します。
- 2日、4日、9日、10日、18日、19日、23日、24日、30日は、アレルゲン(えび・かに・小麦・卵・乳)を含まない献立です。
- すべての食材には、くるみ・そば・落花生を使用していません。
- 都合により、献立が変更になる場合があります。



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。ご家庭でも給食の味を再現してみてください。