



# 2026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：主に体をつくるもとになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		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・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1月	ごはん					こめ		716	24.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とりのからあげあおじそマヨソース	とりにく		しそ	しょうが・にんにく	でんぷん・さとう	あぶら・ごま ノンエッグ マヨネーズ		
	にんじんいため	かつおけすりぶし	にんじん		さとう	ごまあぶら			
2火	ごはん					こめ		612	24.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	オムレツのトマトソースかけ	たまご		トマト		さとう・でんぷん	あぶら		
	ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ	たまねぎ	じゃがいも	あぶら		
3水	ごはん					こめ		596	26.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あじのなんばんづけ	あじ		あかピーマン	たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶら		
	いんげんのあえもの	とりにく		さやいんげん にんじん	もやし	さとう			
4木	ごはん					こめ		651	21.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	まめまめカレー	ぶたにく・ぶたレバー		にんじん・トマト	たまねぎ・しょうが・にんにく	じゃがいも・ひよこまめ しろいんげんまめ カレールー	あぶら		
	ごぼうサラダ	ツナ		こまつな	ごぼう・とうもろこし・きゅうり		ドレッシング		
5金	ごはん					こめ		632	24.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	なまあげのかみかみにくみそかけ 1ねん~3ねん・1こ 4ねん~6ねん・2こ	なまあげ・とりにく みそ			れんこん	さとう・でんぷん			
	ひじきのいために さわにわん	あぶらあげ ぶたにく	ひじき	さやいんげん にんじん	とうもろこし たけのこ・だいこん・こんにゃく	さとう	あぶら		
8月	ごはん					こめ		581	23.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	シャキシャキぶたどん(く)	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ・ごぼう・れんこん こんにゃく	さとう	あぶら		
	くわわかめのすましじる	とうふ・あぶらあげ かまぼこ	くわわかめ		キャベツ・えのきたけ				
9火	ごはん					こめ		615	25.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あつやきたまご	たまご				さとう・でんぷん	あぶら		
	てっこつきんぴら		ちりめんじゃこ	にんじん	ごぼう	さとう	あぶら		
10水	ごはん					こめ		658	23.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	かつおとかぼちゃのあまからがらめ	かつお		かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも・さとう でんぷん	あぶら		
	しろみそしる	みそ		にんじん・こまつな	はくさい・えのきたけ きりほしだいこん				
11木	ごはん					こめ		636	30.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ごもくソフトめん(しる)	ぶたにく・あぶらあげ		にんじん ほうれんそう	たまねぎ・はくさい・ねぎ ほししいたけ				
	いわしのからあげ	いわし				でんぷん	あぶら		
12金	ごはん					こめ		611	17.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	やきぎょうざ・2こ	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	ごむぎこ・でんぷん パンこ・さとう	あぶら		
	ピリからいため	なまあげ		にら	きりほしだいこん・たまねぎ はくさいキムチ	さとう	ごまあぶら		
15月	ごはん					こめ		635	15.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ミートボールハヤシ <にくだんご>	とりにく・ぶたにく		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース しめじ・マッシュルーム たまねぎ	じゃがいも・ハヤシルウ でんぷん	あぶら あぶら		
	メロンゼリー-いりフルーツカクテル <メロンゼリー> <サイダーゼリー>				もも・パインアップル ナタデココ メロン レモン	さとう さとう さとう			

おうぼこんだて

しゅんを  
あじわうひ

はとくちのけんこう  
しょうかん~10か

にゅうばい  
こんだて

# 2026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

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！



日曜	献立名	赤：主に体をつくるものとなる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		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・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
16 火	むぎごはん					こめ・おおむぎ		578	28.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	おさかなそぼろどん(ぐ)	かんぼち・ツナ		さやいんげん	しょうが	さとう	あぶら		
	キャベツのあかしそむし			しそ	キャベツ・もやし				
17 水	ごはん					こめ		606	22.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とりにくとレバーのうこうだれ	とりレバー・とりにく みそ				じゃがいも・でんぷん さとう	あぶら		
	こんぶあえ		こんぶ		キャベツ・きゅうり				
18 木	ごはん					こめ		601	27.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	カレーのあんかけ	カレー		みつば		でんぷん・さとう	あぶら		
	たくあんあえ				きゅうり・もやし・たくあん		ごま ごまあぶら		
19 金	あいちのこめこパン					こめこパン		631	27.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ハンバーグのあいちのたまねぎソース	ぶたにく・とりにく			たまねぎ・しょうが・にんにく	でんぷん・さとう	あぶら		
	ブロッコリーのマヨソテー	ベーコン		ブロッコリー	キャベツ・とうもろこし		あぶら ノンエッグ マヨネーズ		
22 月	ごはん					こめ		649	22.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	かぼちゃフライ	ぶたにく		かぼちゃ		さとう・パンこ こむぎこ・でんぷん	あぶら		
	ピーマンとごまかなのいためもの		ちりめんじゃこ	ピーマン	キャベツ	さとう	ごまあぶら		
23 火	ごはん					こめ		600	22.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	タコライス(にく)	ぶたにく・ぎゅうにく ぶたレバー・だいず		ピーマン・にんじん	たまねぎ・とうもろこし	さとう	あぶら		
	タコライス(やさしい)				キャベツ		あぶら		
24 水	ごはん					こめ		607	19.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	にくやさしいため	ぎゅうにく		にら・あかピーマン	キャベツ・にんにく・しょうが たまねぎ	さとう	あぶら ごまあぶら		
	ポテトフライ					じゃがいも	あぶら		
25 木	ごはん					こめ		613	27.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	いわしのうめ	いわし		しそ	うめ	でんぷん・さとう			
	きりぼしだいこんのもの	ちくわ		にんじん さやいんげん	きりぼしだいこん	さとう	あぶら		
26 金	ソフトめん					ソフトめん		636	28.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ちゃんぽん(しる)	ぶたにく・なると		にんじん・にら チンゲンサイ	キャベツ・たまねぎ・もやし にんにく		あぶら		
	しゅうまい・2こ	ぶたにく			たまねぎ・しょうが	パンこ・こむぎこ・さとう でんぷん			
29 月	ごはん					こめ		639	30.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さばのしおやき	さば					あぶら		
	ごもくにまめ	とりにく・だいず はんぺん	こんぶ	にんじん	こんにやく	さとう	あぶら		
30 火	むぎごはん					こめ・おおむぎ		601	25.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ヘルシーマーボードウフ	ぶたにく・ぶたレバー だいず・とうふ・みそ		にんじん・にら	たまねぎ・しょうが・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら		
	きりぼしだいこんのちゅうかあえ	ツナ		ほうれんそう	きりぼしだいこん・キャベツ	さとう	ごまあぶら		

◆お知らせ◆

- 一宮市の給食では「くるみ・そば・落花生」は、使用していません。
- 1日、3日、4日、5日、8日、15日、16日、17日、18日、23日、24日、25日、29日、30日は、「えび・かに・小麦・卵・乳(飲用牛乳を除く)」を含まない献立です。
- 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報については、詳細な献立表をご覧ください。
- 都合により献立が変更になる場合があります。

献立1日(月)

「とりのからあげ青じそマヨソース」は、黒田小学校の児童が考えた献立です。給食でとりにくと青じそを食べたらおいしかったので、マヨネーズをあえたらもっとおいしくなると考えて、自分の好きな物をみんなに食べてほしいと工夫してくれました。

★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ます。

