



6月学校給食献立表



歯と口の健康週間

愛知を食べる日

日付	曜日	献立名	おもな材料名とその働き						
			おもに体をつくるもとになるもの		おもに体の調子を整えるもとになるもの		おもにエネルギーのもとになるもの		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂・種実類	
1	月	ごはん 牛乳 鶏団子汁 あじの照り焼き ★きんぴらごぼう	鶏団子 油揚げ あじ	牛乳	にんじん	えのぎたけ ねぎ キャベツ	米	さとう さとう	ごま ごま油
2	火	ごはん 牛乳 けんちん汁 ちくわの天ぷら 和風サラダ	鶏肉 油揚げ ちくわ かつお節 かまぼこ	牛乳	にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ	米	でんぶん 小麦粉 さとう	ごま油 油 油
3	水	ソフトめん 牛乳 野菜あんかけめん タレ付き肉団子 もやしのナムル	豚肉 鶏肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ だけのこ 干しいたけ たまねぎ ごぼう しょうが もやし	ソフトめん でんぶん	でんぶん さとう	油 油 ごま油
4	木	ごはん 牛乳 ★かみかみ汁 ★れんこんサンドフライ ツナサラダ	鶏肉 かまぼこ 豆腐 鶏肉 まぐろ油漬	牛乳	にんじん	ねぎ ごぼう こんにゃく 切り干しだいこん れんこん たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり	米	パン粉 でんぶん 小麦粉	油 油
5	金	サンドイッチバンズパン 牛乳 豆乳入りキャロットポタージュ ★チキンの照り焼き ポテトサラダ	豚肉 豆乳 鶏肉	牛乳	パセリ にんじん	たまねぎ	パン 米粉のホワイトルウ	でんぶん さとう	油 ドレッシング
8	月	ごはん 牛乳 ★トックスープ 枝豆はんぺん 豚キムチ	鶏肉 豆腐 魚肉すり身 豚肉	牛乳	にんじん にら	たまねぎ コーン えだまめ たまねぎ ほうさいキムチ ごぼう	米	トック でんぶん さとう	油 油 ごま ごま油
9	火	ごはん 牛乳 かぼちゃのみそ汁 かれいの竜田揚げ ★切り干しだいこんサラダ	鶏肉 豆腐 さつま揚げ みそ かれい	牛乳	かぼちゃ にんじん	ねぎ しょうが 切り干しだいこん きゅうり	米	でんぶん さとう	油 油
10	水	ソフトめん 牛乳 ミートソース ★たこと大豆のかみかみ揚げ オレンジ	牛肉 豚肉 たこ 大豆	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ オレンジ	ソフトめん 米粉のトマトルウ	でんぶん	油 油
11	木	ごはん 牛乳 牛丼 いわしの梅煮 ★ごぼうサラダ	牛肉 いわし	牛乳	にんじん 赤じそ にんじん	たまねぎ ねぎ しめじ こんにゃく 梅 ごぼう きゅうり	米	さとう でんぶん さとう	油 マヨネーズ風調味料
12	金	くろロールパン はっこう乳 オニオンスープ ハンバーグのおろしソース ブロッコリーサラダ	ベーコン 豚肉 鶏肉	はっこう乳	にんじん	たまねぎ ズッキーニ たまねぎ だいこん コーン	パン	でんぶん さとう さとう	油 ドレッシング
15	月	ごはん 牛乳 呉汁 鶏肉のマリアナソース ふりかけ	豚肉 大豆 豆腐 みそ 油揚げ 鶏肉 かつお節	牛乳	にんじん	だいこん ねぎ こんにゃく しょうが	米	でんぶん さとう でんぶん さとう	油 油
16	火	麦ごはん 牛乳 チキンカレーライス 豆腐ナゲット 福神あえ	鶏肉 豆腐 魚肉すり身 豆乳	牛乳	にんじん にんじん にんじん	たまねぎ にんにく たまねぎ えだまめ コーン 福神漬 キャベツ きゅうり	米 麦 じゃがいも 米粉のカレールウ	でんぶん さとう 小麦粉	油 油
17	水	中華めん 牛乳 しょうゆラーメン 野菜コロッケ フルーツゼリーあえ	豚肉 焼き豚 豚肉 牛肉	牛乳	にんじん にんじん	もやし ねぎ たまねぎ パイン	中華めん	じゃがいも パン粉 さとう 小麦粉	油 油
18	木	ごはん 牛乳 かきたま汁 豆腐の田楽 ひじきのいため煮	鶏肉 かまぼこ 鶏卵 豆乳 みそ まぐろ油漬	牛乳	にんじん	ねぎ 干しいたけ たまねぎ えだまめ	米	でんぶん でんぶん さとう	油 油 ごま
19	金	愛知の大根菜ごはん 牛乳 愛知のめぐみ汁 ★いかカツのごまソース キャベツの赤じそあえ 蒲郡みかんゼリー	しらす入りつみれ団子 豆腐 油揚げ いか	牛乳	にんじん にんじん	大根菜 たまねぎ だいこん ねぎ キャベツ もやし みかん果汁	米	でんぶん 小麦粉 さとう パン粉	油 ごま
22	月	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 とびうおバーグフライ もやしいため	豆腐 豚肉 豚レバー 大豆 みそ たらすり身 とびうお	牛乳	にんじん にんじん にんじん にら	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく たまねぎ 大豆もやし	米	さとう でんぶん パン粉 でんぶん さとう	油 油 ごま油
23	火	ごはん 牛乳 ビーフシチュー 焼きメンチカツ カラフルソテー	牛肉 鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ たまねぎ しょうが にんにく コーン	米	じゃがいも 米粉のハヤシルウ	油 油 油
24	水	白玉うどん 牛乳 五目うどん コーンフライ にんじんしりしり	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	牛乳	にんじん	たまねぎ 干しいたけ ねぎ コーン	白玉うどん	小麦粉 さとう パン粉 でんぶん	油 油 ごま ごま油
25	木	わかめごはん 牛乳 じゃがいもの鶏そぼろ煮 ★さばのカレー風味 野菜の浅漬	鶏肉 さば	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ こんにゃく キャベツ きゅうり	米	じゃがいも さとう	油
26	金	クロワッサン 牛乳 マカロニイタリアン オムレツ 野菜ソテー ココア牛乳のもと	ウインナー 豚肉 鶏卵	牛乳	にんじん ビーマン トマト	たまねぎ キャベツ コーン	パン パンネ	さとう でんぶん さとう	油 油 油
29	月	ごはん 牛乳 わかめスープ 野菜しゅうまい ピビンバ	鶏肉 豆腐 鶏肉 豚肉 牛肉 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん にんじん ほうれんそう にんじん	たまねぎ コーン ねぎ コーン たまねぎ しょうが ほうれんそう にんじん 大豆もやし にんにく	米	パン粉 さとう 小麦粉 でんぶん	油 ごま油 油
30	火	ごはん 牛乳 豚汁 ★鶏肉の唐揚げ こまつなとツナのいためもの	豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 まぐろ油漬	牛乳	にんじん	だいこん ねぎ ごぼう しょうが にんにく	米	でんぶん	油 油 油

給食回数 ㊦㊧22回

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。
㊦は小学校 ㊧は中学校 はしは毎日もってきてください。

かみごたえのある、よくかむことに注意する食べものや料理に★がついています。よくかむことを意識して食べましょう。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

「食育」とは、食べ物に興味をもち、食について学ぶことです。この日は、「家族といっしょに家でごはんを食べましょう」との願いからつくられました。

この献立表は、6つの基礎食品群に記載できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は記載しておりません。28品目のアレルギーを含む食品の情報は、詳細な献立表にてお知らせしています。

詳しくは、小牧市立小中学校の学校給食における食物アレルギー対応の基本方針をご覧ください。また、初めての食材でアレルギー症状が起きる場合があります。食材のことなどを確認したい場合は、お気軽に学校へご相談ください。詳しい資料をお渡しするか、ご希望の方には、担当栄養教諭がわかりやすくご説明します。



食物アレルギー対応の基本方針