



# 6月 中学校給食献立表

今月の献立目標 愛知の味を食べよう

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
1 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	ごじる	豆腐 大豆 豆乳 合わせみそ		にんじん	大根 ごぼう ねぎ		
	親子そばろ ぶどうゼリー	卵 鶏肉		にんじん	たまねぎ グリンピース ぶどう	砂糖 砂糖	米油
2 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	もずく汁	鶏肉 かまぼこ	もずく	にんじん	えのきたけ ねぎ しょうが		ながいも
	タコライスの具 冷凍パイナップル	豚肉 牛肉 大豆		にんじん	たまねぎ キャベツ パイナップル	砂糖	
3 水	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	中華海鮮うま煮	いか えび ちくわ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ たけのこ	砂糖 でん粉	ごま油
	豆腐ナゲット(3個) もやしのナムル	豆腐 魚肉			たまねぎ もやし	小麦粉 砂糖	大豆油 米油 白ごま ごま油
4 木	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	パンキンポタージュ	鶏肉	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	かぼちゃ にんじん	たまねぎ マッシュルーム	ホワイトルウ	
	サボテンコロッケ コールスロー			にんじん	うちわサボテン キャベツ	じゃがいも パン粉	米油 ドレッシング
5 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	トッポグスープ	鶏肉	わかめ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ とうもろこし	トッポギ	
	高野豆腐のマーボ	豚肉 高野豆腐		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく しょうが	砂糖 でん粉	ごま油
8 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがおのカレーシチュー	豚肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ	
	ごぼうサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	ごぼう きゅうり とうもろこし	砂糖	白ごま ごま油
9 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく 枝豆	じゃがいも 砂糖	
	いわしのしょうが煮 きらず揚げ	いわし おから			しょうが	小麦粉 砂糖	菜種油
10 水	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			パン	
	ABC スープ	鶏肉		にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	ひよこ豆 パスタ	
	たことポテトのから揚げ いちごジャム	たこ			いちご	じゃがいも 米粉 でん粉	米油
11 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	豚丼の具	豚肉 焼き豆腐		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	砂糖	
	ちくわのいそべ揚げ(3個) きゅうりのゆかり和え	ちくわ	青のり	赤しそ	きゅうり	小麦粉 でん粉 砂糖	米油
12 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	白みそ汁	豆腐 鶏肉 米みそ		にんじん 小松菜	大根 えのきたけ		
	キャベツと豚肉の辛み炒め 冷凍黄桃	豚肉		にんじん ピーマン	キャベツ ねぎ 黄桃	砂糖 でん粉 砂糖	ごま油
15 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	ひき肉と刻み野菜のピリ辛煮	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ 枝豆 ねぎ しょうが にんにく	砂糖	ごま油
	パンパンジーサラダ	鶏肉		にんじん	きゅうり とうもろこし	砂糖	白ごま ごま油
16 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	ごまみそ汁	豆腐 油揚げ 合わせみそ		かぼちゃ にんじん	ねぎ えのきたけ		白ごま
	じゃがいもとアスパラガスの カレーいため	豚肉		アスパラガス にんじん	にんにく	じゃがいも	
17 水	フローズンヨーグルト		ヨーグルト				
	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	たまねぎスープ 白身魚のフライ ポイルキャベツ 小袋ソース	鶏肉 パンガシウス		にんじん パセリ	たまねぎ もやし エリンギ とうもろこし キャベツ	米パン粉	米油

市産品

沖縄県の郷土料理

歯と口の健康週間

地場産物

日 曜	6月 献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
18 木	わかめごはん 牛乳 大根と鶏肉のさっぱり煮 さけ団子のたれかけ		牛乳 わかめ			米 砂糖	
19 金	ごはん 牛乳 きくらげ入り生揚げの中華飯の具 切り干し大根とツナのサラダ 愛知のみかんゼリー	愛知のみかんを食すのは秋の日の 生揚げ うずら卵 豚肉	牛乳	にんじん 黄パプリカ	たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	米 砂糖 でん粉	米油 ごま油
20 土	ごはん 牛乳 スタミナ汁 まぐろの甘辛煮 きざみたくあん 手巻きのみ	豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ まぐろ油漬	牛乳	にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	米 大麦 じゃがいも	
21 日	ソフトめん 牛乳 ミートソース コーンサラダ	豚肉 牛肉 大豆	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース 大根	ソフトめん 砂糖 トマトルウ	
22 月	玄米ごはん 牛乳 卵とじ いしどりいため 冷凍みかん		牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ たまねぎ しょうが にんにく	米 じゃがいも 砂糖	米油
23 火	ごはん 牛乳 筑前煮 ケイちゃん	さつま揚げ ちくわ 鶏肉 豆みそ	牛乳	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにやく たけのこ しいたけ キャベツ たまねぎ もやし しょうが にんにく	米 じゃがいも 砂糖	砂糖 でん粉
24 水	サンドイッチパンズパン 牛乳 野菜のスープ煮 ハンバーグのサボテントマトソースかけ	鶏肉 鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ エリンギ たまねぎ なす うちわサボテン	パン じゃがいも	でん粉 砂糖
25 木	ごはん 牛乳 はっこう乳 春雨スープ チキンアドボ バナナチップス		はっこう乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ たまねぎ にんにく	米 大麦 はるさめ	じゃがいも 砂糖 でん粉
26 金	ごはん 牛乳 五目汁 あじのから揚げ もやしとひじきの和え物 型抜きチーズ	豆腐 鶏肉 あじ	牛乳	にんじん 小松菜	大根 しいたけ	米 大麦	でん粉 米油 砂糖

- ① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。  
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料8品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ)を使用していない献立です(調味料を除く)。

## 6月は食育月間です

食育は、食事の栄養バランスはもちろんのこと、食事のマナー、

食材の旬、どのように流通しているのか、どう料理をするかなど、生きる

上で必要な「食」の知識や経験を育みます。食べることの大切さを改めて考え、普段の食生活を振り返ってみましょう。給食では、季節の食材や愛知県でとれる食材、春日井市産のうちわサボテン、きくらげを献立に取り入れました。



応募献立

25日(木) ケイちゃん

鷹来小学校の児童が考えた料理です。

〈応募者のコメント〉

大人も子どももおいしく食べられる

岐阜県の郷土料理です。



## <学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
385円 (保護者負担額285円)	4月分	令和8年6月1日(月)	3,705円	13日
	5月分	令和8年6月30日(火)	5,130円	18日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。

※ 給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

わくわくたのしい ワントウスイム

1toSWIM  
swimming school

安全安心・命を守るスイミング