

令和3年 6月分 予定献立表

小学校

刈谷市学校給食センター



日 曜	献立名	赤主に体の組織をつくる食品		緑主に体の調子を整える食品		黄主にエネルギーになる食品		エネルギー たんぱく質 たんぱく質 (たんぱく質)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類	
1 火	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		699
	かれいフライの和風マリネソース	かれい		ピーマン あかパプリカ	たまねぎ	パンこ さとう	こめあぶら	27.0
	吉野汁	かまぼこ なまあげ		にんじん こまつな	だいこん しょうが ほししいたけ	でんぶん		
	ひじきサラダ		ひじき		えだまめ とうもろこし	さとう	ドレッシング ごま	
2 水	野菜たっぷりボロネーゼ (ソフトめん・ボロネーゼソース)	ぎゅうにく ぶたにく だいず	牛乳	トマト にんじん	たまねぎ セロリ にんにく	ソフトめん こむぎこ さとう	こめあぶら	660
	白身魚の香草焼き	たら		バジル パセリ			こめあぶら	33.9
	コールスローサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング	
	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
3 木	肉団子の甘辛煮 (2個)	とりにく ぶたにく			たまねぎ			647
	ニラみそスープ	ぶたにく あぶらあげ ミックスみそ		にんじん にら チンゲンサイ	こんにやく ごぼう しょうが にんにく		ごまあぶら	23.1
	大根ときゅうりのごまサラダ				だいこん きゅうり		ごまドレッシング	
	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
4 金	たこの唐揚げ	たこ				こめこ でんぶん	こめあぶら	662
	野菜と豆腐のうま塩煮	ぶたにく とうふ		チンゲンサイ にんじん	キャベツ えのきたけ にんにく	じゃがいも	ごま	28.7
	ひじきのいため煮	あぶらあげ まぐろ	ひじき	にんじん さやいんげん		さとう	こめあぶら だいずあぶら	
	五穀ごはん	牛乳	牛乳			ごこごはん		
7 月	シーフードとトマトのカレー	いか まぐろ	だっしふんにゅう	トマト にんじん	たまねぎ ズッキーニ しょうが にんにく	さとう	こめあぶら だいずあぶら カレールウ	659
	じゃがいもとコーンのサラダ				えだまめ とうもろこし	じゃがいも	ドレッシング	20.2
	パイナップル				パイナップル			
	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
8 火	けんちんしのだ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん				677
	[甘みそ] (2本)	あかみそ				さとう	ごま	23.7
	沢煮椀	ぶたにく		にんじん みつば	ごぼう たけのこ ほししいたけ			
	カラフル野菜いため	ウィンナー		あかパプリカ きパプリカ	キャベツ		こめあぶら	
9 水	米粉パン	牛乳	牛乳			こめこパン		
	三河赤鶏のチキンカツ	とりにく				パンこ こむぎこ	こめあぶら	623
	[タルタルソース] (2本)						タルタルソース	
	野菜のトマト煮	ベーコン		トマト にんじん	たまねぎ ズッキーニ マッシュルーム	じゃがいも さとう	こめあぶら ハヤシルウ	26.5
10 木	ひよこまめのサラダ	ひよこまめ			キャベツ きゅうり		ドレッシング	
	プチチーズ		チーズ					
	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
	めひかりのフライ (3個)	めひかり				パンこ こむぎこ	こめあぶら	706
11 金	[ソース]							26.6
	野菜と高野豆腐のいり煮	とりにく はんぺん こうやどうふ		にんじん さやいんげん	こんにやく ごぼう しめじ	さといも さとう		
	たくあんあえ				キャベツ たくあん		ごま	
	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		649
11 金	ごぼう入りつくね (2個)	とりにく			たまねぎ ごぼう しょうが			27.7
	野菜たっぷり豚塩ちゃんこ	ぶたにく やきどうふ		チンゲンサイ にんじん	キャベツ にんにく えのきたけ		ごま	
	ひじきとじゃこのふりかけ	まぐろ かつおぶし	しらすぼし ひじき	ピーマン		さとう	だいずあぶら	
	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		

献立表の見方 [] : 卓上物 【 】 : 業者配送 太字 : 新献立 ◆ : 我が家のじまん料理

6月は「食育月間」です。6月14日(月)から18日(金)までの「愛知の食べる学校給食週間」を中心に、刈谷市産や愛知県産の食材が多く使われます。

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。
食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。
献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。[刈谷市ホームページ⇒くらしの情報⇒教育⇒給食センター]

6月14日(月)～18日(金)は『愛知を食べる学校給食週間』です。

愛知県でとれた食材がたくさん使われます！(週間中の愛知県産食材はあみかけで表します)



14月	愛知の恵み中華丼 (ご飯・愛知の恵み中華丼の具)	牛乳	ぶたにく いか うずらたまご	愛知県はうずら卵の生産量日本一!	チンゲンサイ にんじん	キャベツ たけのこ たまねぎ	ごはん でんぶん	こめあぶら こめあぶら	697
	愛知のしそ入り鶏春巻き		とりにく		にんじん あおじそ	たまねぎ キャベツ しろねぎ	はるまきのかわ はるさめ	こめあぶら	25.3
	もやしときゅうりのナムル			愛知県産青じそ		きゅうり もやし しょうが		こめあぶら	
15火	ご飯	牛乳		愛知県産いちじく			ごはん		
	ハンバーグのいちじくソースかけ		ぶたにく とりにく			いちじく たまねぎ レモンかじゅう	さとう		691
	じゃがいもと玉ねぎのみそ汁		なまあげ あかみそ		チンゲンサイ	たまねぎ	じゃがいも		24.2
	刈谷市産ミニトマト 【桃ヨーグルト】		飲みこまずに かんて 食べましょう!		ミニトマト	刈谷市産ミニトマト			
16水	いもかわうどん (きしめん・いもかわうどんの汁)	牛乳	とりにく かまぼこ あぶらあげ		にんじん ねぎ	たまねぎ ほししいたけ	きしめん さとう でんぶん		654
	刈谷市産大豆と野菜のかき揚げ		だいず		にんじん	たまねぎ	さつまいも こむぎこ	こめあぶら	22.6
	アーモンドあえ			刈谷市産大豆	にんじん	キャベツ もやし	さとう	アーモンド	
18金	ご飯	牛乳		愛知県産あゆ			ごはん		665
	あゆの甘露煮		あゆ				さとう		
	じゃがいものそぼろ煮		とりにく だいず		にんじん	こんにやく たまねぎ えだまめ	じゃがいも さとう		24.9
	小松菜ともやしの和風サラダ				こまつな	もやし		ドレッシング	
21月	ご飯	牛乳		愛知県産なす			ごはん		
	なすみそメンチカツ		ぶたにく あかみそ	愛知県産赤みそ		たまねぎ なす	パンこ こむぎこ	こめあぶら	690
	けんちん汁		とうふ		にんじん こまつな	こんにやく ごぼう だいこん ほししいたけ	さといも	こめあぶら	22.6
	冷凍みかん					みかん			
	ひじきつくだ煮				ひじき	しそのみ	さとう		
22火	ご飯	牛乳					ごはん		
	ショーロンポー		ぶたにく			たまねぎ キャベツ	はるさめ ショーロンポーのかわ		606
	チンゲンサイと生揚げの中華煮		ぶたにく なまあげ		チンゲンサイ にんじん	はくさい たけのこ しめじ	でんぶん	こめあぶら	22.5
	アスパラガスともやしの中華サラダ				グリーンアスパラガス	もやし とうもろこし		ドレッシング ごま	
23水	ミルクロールパン	牛乳					ミルクロールパン		711
	ツナマヨオムレツ		たまご まぐろ			たまねぎ	マヨネーズ こめあぶら		
	枝豆のクリームスープ		ベーコン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう		たまねぎ えだまめ	じゃがいも	ベシヤメルソース バター	31.3
	3色サラダ				こまつな にんじん	キャベツ		ドレッシング	
24木	ご飯	牛乳					ごはん		
	鶏肉とレバーのケチャップあえ		とりレバー とりにく				でんぶん さとう	こめあぶら	658
	野菜とさけ団子の白みそ汁		さけだんご とうふ しろみそ あかみそ		にんじん チンゲンサイ	こんにやく だいこん しょうが	じゃがいも		24.5
	小松菜のごまあえ				こまつな	キャベツ	さとう	ごま	
25金	ご飯	牛乳					ごはん		
	お好みミックスのチヂミソース		たら いか			しろねぎ キャベツ しょうが	でんぶん こむぎこ	こめあぶら こめあぶら	618
	豆腐と野菜のキムチスープ		とうふ		にんじん チンゲンサイ	もやし えのきたけ はくさいキムチ			22.3
	チャブチェ		ぶたにく		にんじん	たけのこ にんにく ほししいたけ	はるさめ さとう	こめあぶら ごま	
28月	ご飯	牛乳					ごはん		
	いかのかりん揚げ		いか			しょうが	さとう でんぶん	こめあぶら	686
	野菜と生揚げのつゆだく煮		なまあげ とりにく		にんじん こまつな	たまねぎ たけのこ ほししいたけ	じゃがいも		29.5
	きゅうり昆布				こんぶ	きゅうり		こめあぶら	
29火	ご飯	牛乳					ごはん		
	あじフライ		あじ				パンこ こむぎこ	こめあぶら	655
	[ソース]								24.1
	なすと油揚げのみそ汁		あぶらあげ あかみそ		にんじん オクラ	なす しめじ			
	キャベツの青菜あえ				ひろしまな きょうな だいこん	キャベツ	さとう		
30水	スライSPAN	牛乳					スライSPAN		669
	スラッピージョー		ぶたにく			たまねぎ マッシュルーム	パンこ さとう		
	野菜と鶏団子のコンソメ煮		とりにくだんご		にんじん	キャベツ しめじ	じゃがいも		27.5
	フルーツゼリーミックス					おうとう みかん	はちみつレモンゼリー みかんゼリー		