

# 令和7年6月分 予定献立表



幼稚園

刈谷市学校給食センター

| 日<br>曜 | 献立名<br>主食 牛乳 主菜 副菜 その他 の順 | 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<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(g) |
|--------|---------------------------|-----------------------------------|-------------------------|-----------------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------------|
|        |                           | たんぱく質<br>魚・肉・卵<br>豆・豆製品           | 無機質<br>牛乳・乳製品<br>小魚・海そう | ビタミン<br>緑黄色野菜<br>その他の野菜<br>果物・きのこ |                         | 炭水化物<br>米・パン・めん<br>芋・砂糖 | 脂質<br>油脂・種実類             |                                 |
| 2月     | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | ハンバーグの照り焼きソースかけ           | 豚肉 鶏肉                             |                         |                                   | 玉ねぎ しょうが<br>にんにく        | 砂糖 でん粉                  | ごま油                      | 437                             |
|        | 野菜と生揚げの豆乳煮                | 豚肉 生揚げ 豆乳                         |                         | チンゲンサイ<br>にんじん                    | キャベツ こんにゃく<br>しめじ       |                         | ごま                       | 20.5                            |
|        | きゅうりともやしのあえ物              |                                   |                         |                                   | きゅうり もやし                | 砂糖                      |                          |                                 |
| 3火     | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | あじフリッター                   | あじ                                | おきあみ あおさ                |                                   |                         | 小麦粉                     | 米油                       | 490                             |
|        | ポークストロガノフ                 | 豚肉                                | 脱脂粉乳                    | トマト                               | 玉ねぎ 枝豆 しめじ              |                         | バター<br>デミグラスソース<br>ハヤシレウ | 20.6                            |
|        | キャベツのオリーブオイルいため           |                                   | 昆布                      | 黄パプリカ                             | キャベツ にんにく               |                         | オリーブオイル                  |                                 |
| 4水     | 6月4日~10日は 歯と口の健康週間です!     |                                   |                         |                                   |                         |                         |                          |                                 |
|        | みそあんかけめん<br>(ソフトめん・汁) 牛乳  | 豚肉 油揚げ<br>豆みそ                     | 飲用牛乳                    | にんじん 小松菜                          | 玉ねぎ えのきたけ<br>ごぼう 干ししいたけ | ソフトめん<br>砂糖 でん粉         |                          | 609                             |
|        | かぼちゃコロッケ                  | 鶏肉                                |                         | かぼちゃ                              | 玉ねぎ                     | パン粉 小麦粉                 | 米油                       | 25.0                            |
|        | 煮豆                        | 大豆                                |                         |                                   |                         | 砂糖                      |                          |                                 |
| 5木     | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | 焼きぎょうざ                    | 鶏肉 豚肉                             |                         | にら                                | キャベツ 玉ねぎ                | ぎょうざの皮                  |                          | 407                             |
|        | 豆腐のオイスターソースいため            | 豚肉 豆腐                             |                         | チンゲンサイ<br>にんじん                    | 玉ねぎ えのきたけ               | 砂糖 でん粉                  | ごま油                      | 17.8                            |
|        | もやしとキャベツのナムル              |                                   |                         |                                   | キャベツ もやし<br>しょうが        |                         | ごま油                      |                                 |
| 6金     | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | 肉団子の甘辛煮                   | 鶏肉                                |                         |                                   | 玉ねぎ                     |                         |                          | 419                             |
|        | 高野豆腐のいり煮                  | 鶏肉 はんぺん<br>高野豆腐                   |                         | にんじん<br>さやいんげん                    | こんにゃく 玉ねぎ               | じゃが芋 砂糖                 |                          | 18.7                            |
|        | 小松菜のごまあえ                  |                                   |                         | 小松菜                               |                         | 砂糖                      | ごま                       |                                 |
| 9月     | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | 豚肉のしょうがいため                | 豚肉                                |                         | にんじん<br>さやいんげん                    | しょうが 玉ねぎ                | 砂糖                      |                          | 420                             |
|        | じゃが芋のみそ汁                  | 油揚げ 米みそ                           |                         | チンゲンサイ                            | こんにゃく 大根<br>えのきたけ       | じゃが芋                    |                          | 17.3                            |
|        | パイナップルのシロップ漬け             |                                   |                         |                                   | パイナップル                  |                         |                          |                                 |
| 10火    | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | 子持ちししゃもフライ                |                                   | 子持ちししゃも                 |                                   |                         | パン粉 小麦粉                 | 米油                       | 437                             |
|        | [ソース]                     |                                   |                         |                                   |                         |                         |                          |                                 |
|        | 生揚げのうま煮                   | 鶏肉 生揚げ                            |                         | にんじん<br>さやいんげん                    | 玉ねぎ こんにゃく<br>干ししいたけ     | じゃが芋 砂糖                 |                          | 18.2                            |
| 11水    | きゅうり昆布                    |                                   | 昆布                      |                                   | きゅうり                    |                         | ごま油                      |                                 |
|        | ミルクロールパン 牛乳               |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | ミルクロールパン                |                          |                                 |
|        | オムレツ                      | 卵                                 |                         |                                   |                         |                         |                          | 520                             |
|        | 豚肉と刈谷市産大豆のトマト煮            | 豚肉 刈谷市産大豆                         |                         | にんじん トマト                          | 玉ねぎ しめじ                 | じゃが芋 砂糖                 |                          | 23.8                            |
| 12木    | アスパラサラダ                   |                                   |                         | グリーンアスパラガス<br>にんじん                | キャベツ とうもろこし             |                         | ドレッシング                   |                                 |
|        | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | ポークカレー                    | 豚肉                                |                         | トマト にんじん                          | 玉ねぎ しょうが<br>にんにく しめじ    |                         | 米油 カレールウ                 | 522                             |
|        | フレンチフライ                   |                                   |                         |                                   |                         | じゃが芋                    | 米油                       | 16.8                            |
| 13金    | コールスロー                    |                                   |                         |                                   | キャベツ きゅうり<br>とうもろこし     |                         | ドレッシング                   |                                 |
|        | ご飯 牛乳                     |                                   | 飲用牛乳                    |                                   |                         | 米                       |                          |                                 |
|        | いかメンチカツ                   | いか                                |                         | にんじん                              | キャベツ しょうが<br>にんにく       | パン粉 小麦粉                 | 米油                       | 516                             |
|        | マーボー豆腐                    | 豚肉 豆腐 豆みそ                         |                         | にんじん ねぎ                           | 玉ねぎ えのきたけ<br>しょうが にんにく  | 砂糖 でん粉                  | ごま油                      | 21.8                            |
|        | 切り干し中華サラダ                 |                                   |                         |                                   | 切り干し大根 きゅうり             | 砂糖                      | ごま ごま油                   |                                 |
|        | 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 |                         |                                   |                         |                         | エネルギー基準値<br>490kcal      | たんぱく質基準値<br>20.2g               |



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。  
《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》



# 幼稚園

|     |                |             |  |      |             |               |             |    |      |
|-----|----------------|-------------|--|------|-------------|---------------|-------------|----|------|
| 16月 | ご飯             | 牛乳          |  | 飲用牛乳 |             |               | 米           |    |      |
|     | ちくわのカレー揚げ      | ちくわ         |  |      |             |               | 小麦粉         | 米油 | 434  |
|     | 野菜と豆腐のうま塩煮     | 豚肉 豆腐       |  |      | チンゲンサイ にんじん | 白菜 にんにく えのきたけ | じゃが芋        | ごま | 18.1 |
| 17火 | ひじきのいため煮       | 油揚げ         |  | ひじき  | にんじん        | とうもろこし 枝豆     | 砂糖          | 米油 |      |
|     | ご飯             | 牛乳          |  | 飲用牛乳 |             |               | 米           |    |      |
|     | いわしの梅煮         | いわし         |  |      |             | 梅肉            |             |    | 487  |
| 18水 | 肉じゃが           | 豚肉          |  |      | にんじん さやいんげん | こんにゃく 玉ねぎ     | じゃが芋 砂糖     |    | 21.5 |
|     | たくあんあえ         |             |  |      |             | キャベツ たくあん     |             | ごま |      |
|     | 芋川うどん (きしめん・汁) | 鶏肉 かまぼこ 油揚げ |  | 飲用牛乳 | にんじん ねぎ     | 玉ねぎ 干しいたけ     | きしめん 砂糖 でん粉 |    | 482  |
| 19木 | 愛知の大豆入りナゲット    | 鶏肉 大豆 きな粉   |  |      | にんじん        | にんにく          |             | 米油 | 19.8 |
|     | 愛知のキャベツ赤じそあえ   |             |  |      | 赤じそ         | キャベツ          |             |    |      |

## 6月19日(木)は『愛知を食べる学校給食の日』です

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

|     |                      |                         |  |          |              |                       |              |              |      |
|-----|----------------------|-------------------------|--|----------|--------------|-----------------------|--------------|--------------|------|
| 19木 | ご飯                   | 牛乳                      |  | 飲用牛乳     |              |                       | 米            |              |      |
|     | 愛知のおからと大豆のしゅうまい      | 豚肉 おから 大豆               |  |          |              | 玉ねぎ                   | しゅうまいの皮      |              | 413  |
|     | 八宝菜                  | 豚肉 いか                   |  |          | チンゲンサイ にんじん  | 切り干し大根 玉ねぎ キャベツ       | でん粉          | ごま油          | 17.6 |
| 20金 | 海そう入り愛知のみかンドレッシングサラダ |                         |  | 海そう      |              | きゅうり とうもろこし           |              | 愛知のみかンドレッシング |      |
|     | ご飯                   | 牛乳                      |  | 飲用牛乳     |              |                       | 米            |              |      |
|     | けんちんしのだ [甘みそ]        | 豆腐 油揚げ たら               |  | ひじき      | にんじん         |                       |              |              | 453  |
| 23月 | 沢煮椀                  | 豚肉                      |  |          | にんじん ねぎ      | えのきたけ ごぼう こんにゃく 干しいたけ |              |              | 17.8 |
|     | キャベツときゅうりの酢の物        |                         |  |          |              | キャベツ きゅうり             | 砂糖           |              |      |
|     | 金芽玄米ご飯 ◆夏野菜ドライカレー    | 豚肉 豆みそ                  |  | 飲用牛乳     |              | きゅうり 玉ねぎ 切り干し大根 しょうが  | 米 玄米         | オリーブオイル      | 478  |
| 24火 | じゃが芋のクリームスープ         | ベーコン                    |  | 牛乳 生クリーム | にんじん パセリ     | 玉ねぎ マッシュルーム           | じゃが芋 マッシュポテト | ベシメルソース      | 18.0 |
|     | ぶどうゼリーのフルーツあえ        |                         |  |          |              | パイナップル 黄桃             | ぶどうゼリー       |              |      |
|     | ご飯                   | 牛乳                      |  | 飲用牛乳     |              |                       | 米            |              |      |
| 25水 | さばの塩焼き               | さば                      |  |          |              |                       |              |              | 487  |
|     | 鶏肉と根菜のみそ煮            | 鶏肉 はんぺん 生揚げ 豆みそ         |  |          | にんじん         | こんにゃく ごぼう 枝豆          | じゃが芋 砂糖      |              | 26.8 |
|     | きゅうりとオクラの香味あえ        |                         |  | 昆布       | オクラ          | きゅうり しょうが             | 砂糖           |              |      |
| 26木 | 小型ロールパン              | 牛乳                      |  | 飲用牛乳     |              |                       | 小型ロールパン      |              |      |
|     | ペンネボロネーゼ             | 豚肉                      |  |          | にんじん パセリ トマト | 玉ねぎ セロリ にんにく          | マカロニ 小麦粉     | オリーブオイル      | 485  |
|     | 白身魚のレモン焼き            | たら                      |  |          |              | レモン果汁                 |              | 米油           | 25.5 |
| 27金 | コーンソテー               |                         |  |          | パセリ          | とうもろこし キャベツ           |              | オリーブオイル      |      |
|     | ご飯                   | 牛乳                      |  | 飲用牛乳     |              |                       | 米            |              |      |
|     | 豚野菜いため               | 豚肉                      |  |          | にんじん にら      | キャベツ 玉ねぎ              | 砂糖           |              | 428  |
| 30月 | はるさめと肉団子のスープ         | 鶏肉団子 生揚げ                |  | わかめ      | にんじん ねぎ      | えのきたけ                 | はるさめ         | ごま油          | 18.6 |
|     | プチ洋なしゼリー             |                         |  |          |              |                       | ゼリー          |              |      |
|     | ご飯                   | 牛乳                      |  | 飲用牛乳     |              |                       | 米            |              |      |
| 27金 | まぐろとレバーのアーモンドがらめ     | まぐろ 鶏レバー 豆腐 油揚げ 米みそ 豆みそ |  |          |              | しょうが                  | でん粉 米粉 砂糖    | 米油 アーモンド     | 439  |
|     | 実だくさんみそ汁             |                         |  | わかめ      | にんじん ねぎ      | こんにゃく キャベツ 玉ねぎ しめじ    |              |              | 19.5 |
|     | かぼちゃの煮物              |                         |  |          | かぼちゃ         |                       | 砂糖           | 米油           |      |
| 30月 | ご飯                   | 牛乳                      |  | 飲用牛乳     |              |                       | 米            |              |      |
|     | コロッケ                 |                         |  |          |              | 玉ねぎ                   | じゃが芋 小麦粉     | 米油           | 504  |
|     | チキンと刈谷市産大豆のカレー       | 鶏肉 刈谷市産大豆               |  |          | トマト にんじん     | 玉ねぎ しょうが にんにく エリンギ    |              | 米油 カレールウ     | 18.2 |
| 30月 | 愛知県野菜の福神あえ           |                         |  |          | 青じそ          | キャベツ 福神漬              |              | ごま           |      |

### 愛知県産の食材 (今月の予定)

主食(米(刈谷市産) 小麦) 飲用牛乳 青じそ オクラ グリーンアスパラガス 小松菜 チンゲンサイ ねぎ パセリ キャベツ きゅうり セロリ 玉ねぎ 白菜 豚肉 赤じそ 福神漬 大豆 豆みそ 豆乳 切り干し大根 干しいたけ

6/4~6/10

### 歯と口の健康週間

6月4日~10日は、「歯と口の健康週間」です。

献立表の  は、よくかんで食べる食材や歯の健康を保つためのカルシウムが多く含まれる食材を使った料理です。

