令和３年６月分　学校給食献立一覧表

田原市給食センター

日	曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるもとになる 1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	おもに体の調子を整えるもとになる 3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ類・果物	おもにエネルギーのもとになる 5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実類	エネルギー(kcal) 上段:小学校 下段:中学校
1	火	ごはん　牛乳			牛乳			米		613
		野菜のうま煮		とり肉		にんじん　さやいんげん	こんにゃく　たけのこ　しいたけ	じゃがいも　砂糖		
		いわしの有馬煮		いわし			さんしょう	砂糖		746
		もずくサラダ			もずく		キャベツ　きゅうり　とうもろこし		塩ドレッシング	
2	水	ごはん　牛乳			牛乳			米		621
		中華スープ		なると		にんじん　チンゲンサイ	たまねぎ		油　ごま油	
		春巻き		ぶた肉		にんじん　にら	キャベツ　もやし　エリンギ	砂糖　でんぷん　小麦粉	油	743
		バンバンジー		とり肉			きゅうり　もやし	はるさめ	バンバンジードレッシング	
3	木	ロールパン　牛乳			牛乳			ロールパン		731
		トマト煮	スプーン	とり肉		にんじん　トマト	たまねぎ　えだまめ	じゃがいも	油	
		スコッチエッグ		ぶた肉　うずら卵　大豆		にんじん	たまねぎ	砂糖		834
		フルーツカクテル	スプーン	豆乳	寒天		パイン　みかん　もも　りんご　ぶどう	砂糖		
4	金	ごはん　牛乳			牛乳			米		629
		ふ玉汁		豆腐　かまぼこ	わかめ	にんじん　ねぎ		白玉ふ		
		たこのから揚げ		たこ				米粉　でんぷん	油	773
		ツナと大豆の煮つけ		ツナ　大豆		にんじん　さやいんげん	こんにゃく　たけのこ　しいたけ	砂糖	油	
7	月	ごはん　牛乳			牛乳			米		655
		マーボー豆腐	スプーン	ぶた肉　牛肉　豆腐　みそ		ねぎ	たまねぎ　しょうが	砂糖　でんぷん	ごま油　油	
		小松菜まんじゅう	小中2こ	ぶた肉		こまつな	キャベツ　根深ねぎ　たまねぎ	小麦粉	ごま油	784
		三色ナムル				にんじん　ほうれんそう	もやし		ごま油　ごま	
8	火	クロロールパン　牛乳			牛乳			クロロールパン		712
		パンプキンポタージュ	スプーン	ベーコン	牛乳　コーンスープの素　かぼちゃのポタージュの素	にんじん　かぼちゃ	たまねぎ		バター	
		ささみフライ		ささみ				じゃがいも　米粉	油	829
		メロン	ビニール手袋				メロン			
9	水	ひじきの肉みそ丼　牛乳	スプーン	ぶた肉　大豆　みそ	ひじき　牛乳	にんじん　さやいんげん	たまねぎ　しょうが	米　砂糖　でんぷん	油	619
		かき玉汁		卵　かまぼこ		にんじん　ねぎ		でんぷん		
		キャベツの塩昆布あえ			塩こんぶ		キャベツ　きゅうり		ごま油	748
		きらず揚げ		おから				小麦粉　砂糖	油	
10	木	カレーピラフ　牛乳	スプーン	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ　グリンピース　マッシュルーム	米	油	614
		ベーコンと野菜のスープ煮	スプーン	ベーコン		チンゲンサイ	とうもろこし　キャベツ	マカロニ	油	
		サーモンフライ		さけ				小麦粉　パン粉	油	739
11	金	ごはん　牛乳			牛乳			米		617
		筑前煮		とり肉　ちくわ		にんじん　さやいんげん	こんにゃく　ごぼう　たけのこ　しいたけ	砂糖	油	
		厚焼き卵		卵				でんぷん　砂糖		746
		いかときゅうりの酢の物		いか			きゅうり　もやし	砂糖		
		野菜ふりかけ			のり	青菜　トマト　かぼちゃ		砂糖	ごま	
14	月	ごはん　牛乳			牛乳			米		600
		わかめスープ		ハム	わかめ	にんじん　ねぎ	もやし		ごま油　ごま　油	
		えびしゅうまい	小2こ　中3こ	えび　たら				パン粉　でんぷん　小麦粉		750
		豚キムチ炒め		ぶた肉		にんじん　チンゲンサイ	たけのこ　白菜キムチ	はるさめ　砂糖	油　ごま油	
15	火	ごはん　牛乳			牛乳			米		672
		じゃがいもの含め煮		あげはん		にんじん　さやいんげん	たまねぎ　たけのこ　こんにゃく	じゃがいも　砂糖		
		さばの照り焼き		さば				砂糖		857
		とうもろこし（小）	ビニール手袋				とうもろこし			
		蒲郡みかんゼリー（中）	直送　スプーン				みかん	砂糖		
16	水	ソフトめんのミートソースかけ　牛乳		ぶた肉　牛肉	チーズ　牛乳	にんじん　トマト	たまねぎ　マッシュルーム　グリンピース	ソフトめん	油　ハヤシルウ	726
		キャベコロ		ぶた肉　とり肉　大豆			キャベツ　たまねぎ	パン粉　でんぷん　砂糖	油	
		すいか	ビニール手袋				すいか			937
17	木	**〈あいち応援給食 第1弾〉**								618
		ごはん　牛乳			牛乳			米		
		青のりのみそ汁		豆腐　油あげ　みそ	青のり		だいこん　えのきたけ			
		白ごまつくね	小2こ　中3こ	とり肉　とりレバー　大豆			たまねぎ	砂糖　パン粉　でんぷん	ごま	780
		大葉とちりめんのおひたし	しょうゆ（クラス1本）	けずりぶし	ちりめん佃煮	青じそ　にんじん	キャベツ　きゅうり　もやし			
18	金	**〈愛知を食べる学校給食の日〉**								703
		ごはん　牛乳			牛乳			米		
		高野豆腐の卵とじ		ぶた肉　高野豆腐　卵		にんじん　みつば	たまねぎ　しめじ	砂糖	油	
		メヒカリフライ	小2こ　中3こ　ソース（クラス1本）	メヒカリ				小麦粉　パン粉	油	834
		とうもろこし（中）	ビニール手袋				とうもろこし			
		蒲郡みかんゼリー（小）	直送　スプーン				みかん	砂糖		
21	月	カレーライス　牛乳	スプーン	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ　グリンピース　しょうが	米　じゃがいも	油　カレールウ	652
		ビーンズサラダ		ツナ　大豆　白いんげん豆　ひよこ豆		アスパラガス	キャベツ		マヨネーズ	
		福神漬					だいこん　うり　きゅうり　なす　れんこん　なたまめ	砂糖		815
22	火	ごはん　牛乳			牛乳			米		653
		けんちん汁		豆腐　油あげ		にんじん　ねぎ	だいこん　ごぼう　しいたけ			
		揚げ鶏のレモン煮		とり肉			レモン	でんぷん　砂糖	油	805
		即席漬け			こんぶ		たくあん　キャベツ		ごま	
23	水	そぼろ丼　牛乳	スプーン	とり肉　大豆　卵	牛乳	さやいんげん	しょうが	米　砂糖	油	615
		なめこ汁		豆腐　油あげ　みそ		ねぎ	だいこん　なめこ			
		もやしの梅あえ		けずりぶし			もやし　キャベツ　うめ　しそ	砂糖		754
24	木	ジャーマンポテトサンド　牛乳	ジャーマンポテトをタルタルソースであえ、パンにはさんで食べましょう	ベーコン	牛乳			サンドイッチロールパン　じゃがいも	油　タルタルソース	638
		コンソメスープ	スプーン	とり肉		にんじん　チンゲンサイ	たまねぎ　とうもろこし		油	
		ミニトマト	小2こ　中3こ　ビニール手袋			ミニトマト				751
		一口ピーチゼリー					もも	砂糖		
25	金	ごはん　牛乳			牛乳			米		714
		春雨と野菜の炒め煮		ぶた肉		にんじん　チンゲンサイ	たまねぎ　たけのこ　きくらげ	はるさめ　砂糖	ごま　油　ごま油	
		チヂミ		おから　大豆		にんじん　にら	たまねぎ	米粉　じゃがいも　でんぷん	油	841
		中華サラダ		ハム	寒天		もやし　きゅうり	砂糖	油　ごま油	
28	月	ごはん　牛乳			牛乳			米		626
		新じゃがのすまし汁		とり肉		にんじん　ねぎ	たまねぎ	じゃがいも		
		ハンバーグトマトソース		とり肉　ぶた肉　大豆			たまねぎ	砂糖　でんぷん		776
		フレンチサラダ		ハム			キャベツ　とうもろこし	砂糖	油	
29	火	ごはん　牛乳			牛乳			米		660
		豆腐のくず煮		ぶた肉　うずら卵　豆腐		にんじん　ねぎ	たまねぎ　しいたけ　しょうが	でんぷん　砂糖	油	
		一口揚半	小2こ　中3こ	たら				でんぷん　砂糖	油	823
		きゅうりのごま酢あえ				にんじん	きゅうり　キャベツ	砂糖	ごま	
30	水	ごはん　牛乳			牛乳			米		652
		合わせみそ汁		豆腐　油あげ　みそ	わかめ	ねぎ	だいこん　えのきたけ			
		かぼちゃコロッケ		とり肉		かぼちゃ	たまねぎ	小麦粉　パン粉　砂糖	油	790
		こんにゃくとごぼうの磯煮		ぶた肉	ひじき	にんじん	ごぼう　こんにゃく	砂糖	油　ごま油	

〈歯と口の健康週間 6／4～10〉

〈たはら食育週間 6／14～18〉

※**〈あいち応援給食〉**は、コロナ禍への支援事業として、無償提供された愛知県の食材を使った給食です。

※献立、材料は都合により変更することがあります。

6月は食育月間

食育は、健康によい食べ方や食べものについて考える力を身につけ、豊かな心を育むことをめざしています。

給食では、地元でとれた食材を地元で消費する「地産地消」に取り組んでいます。6月14日から18日を**たはら食育週間**とし、田原産のぶた肉や野菜、果物などをたくさん使った給食を実施します。特に、18日の**愛知を食べる学校給食の日**では、田原市だけでなく愛知県でとれた食べ物も登場します。新鮮でおいしい地元の食べ物を味わいましょう。

田原市は農業王国　作ったところがわかると安心だね　6月に使う田原産の野菜

チンゲンサイ　キャベツ　トマト　じゃがいも　たまねぎ　しいたけ　とうもろこし
青じそ　メロン　すいか

愛知を食べる学校給食の日　6月18日（金）

ごはん、牛乳、高野豆腐の卵とじ、メヒカリフライ、とうもろこし（中）、蒲郡みかんゼリー（小）

- **ごはん**…田原産のコシヒカリです。
- **牛乳**…田原市や豊橋市で飼育されている牛からしぼった牛乳です。
- **高野豆腐の卵とじ**…田原産のぶた肉とたまねぎ、愛知県産の卵を使います。
- **メヒカリフライ**…蒲郡港で水揚げされたメヒカリのフライです。
- **とうもろこし（中）**…田原産のとうもろこしです。
- **蒲郡みかんゼリー（小）**…蒲郡みかんから作ったゼリーです。

給食の情報は田原市ＨＰで検索
献立一覧表、給食だより、給食レシピなど掲載しています。
給食センター

かみかみ献立
かみごたえのある食材を使用した献立です。

田原市給食センター：TEL45-5030　FAX45-3315