

令和4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		おもに体をつくるもとになる		おもにエネルギーのもとになる		エネルギー (kcal) 上段:小学校 下段:中学校
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ類・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実類	
1 水	ごはん 牛乳			牛乳			米		696
	いり豆腐 さばのみそ煮 もずくサラダ		豆腐 ぶた肉 卵 ちくわ さば みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ	米 砂糖 砂糖	油	847
2 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		632
	鶏だんこのスープ		とりだんご		にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ しいたけ	米	油	632
	春巻き 三色ナムル		大豆		にんじん いら	キャベツ たまねぎ しいたけ たけのこ にんにく	小麦粉 砂糖 でんぷん はるさめ	油 ごま油 ごま油 ごま	767
3 金	ごはん 牛乳			牛乳			米		670
	じゃがいものそぼろ煮 かつおの土佐煮 ごまあえ		ぶた肉 かつお けずりぶし 油あげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく しょうが キャベツ もやし	じゃがいも 砂糖 砂糖 でんぷん 砂糖	油 ごま	823
6 月	ごはん 牛乳			牛乳			米		648
	すまし汁 たこのから揚げ ツナと大豆の煮つけ		豆腐 かまぼこ たこ ツナ 大豆	わかめ	にんじん ねぎ		米粉 でんぷん 砂糖	油 油	792
7 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		682
	豆腐の中華風煮 しゅうまい そえ野菜 さつまいもチップス	小2こ中3こ	ぶた肉 豆腐 うずら卵 ぶた肉		にんじん ねぎ	たけのこ たまねぎ しょうが たまねぎ しょうが もやし	砂糖 でんぷん パン粉 でんぷん 小麦粉 砂糖	油	849
8 水	ごはん 牛乳			牛乳			米		660
	五目汁 照り焼きハンバーグ わかめといかの酢みそあえ		生あげ かまぼこ とり肉 ぶた肉 大豆 いか みそ	わかめ	にんじん ねぎ	だいこん しめじ たまねぎ きゅうり キャベツ	砂糖 でんぷん 砂糖	油 ごま	801
9 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和え、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	タルタルソース	689
	トマト煮 小魚	スプーン	とり肉		にんじん トマト	たまねぎ エリンギ なす えだまめ にんにく		油	813
10 金	ごはん 牛乳			牛乳			米		629
	なめこ汁 あじの竜田揚げ 五目きんぴら		豆腐 油あげ みそ あじ ぶた肉		ねぎ	だいこん なめこ しょうが こんにゃく ごぼう	でんぷん 砂糖	油 ごま ごま油 油	779
13 月	ごはん 牛乳			牛乳			米		661
	ふ玉汁 豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ		豆腐 かまぼこ ぶた肉 ハム	わかめ	にんじん ねぎ にんじん ビーマン	たまねぎ しょうが きゅうり とうもろこし	白玉ふ でんぷん じゃがいも	油 マヨネーズ	825
14 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		617
	筑前煮 メヒカリフライ とうもろこし(小) 蒲郡みかんゼリー(中) 味つけのり	小2こ中3こ ビニール手袋 直送 スプーン	とり肉 ちくわ メヒカリ 大豆		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 とうもろこし みかん	砂糖 小麦粉 パン粉 砂糖	油 油	808
15 水	ごはん 牛乳			牛乳			米		666
	ソフトめんのカレーソースかけ スペイン風オムレツ タカミメロン	牛乳 ビニール手袋	ぶた肉 たまご とり肉		にんじん ほうれんそう	たまねぎ グリンピース たまねぎ メロン	ソフトめん じゃがいも でんぷん 砂糖	油 カレールウ 油	867
16 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		627
	野菜の炊き合わせ 白ごまつくね 大葉のおひたし	小2こ中3こ しょうゆ(クラス1本)	あげはん とり肉 とりレバー 大豆 けずりぶし		にんじん さやいんげん	たけのこ こんにゃく たまねぎ キャベツ きゅうり もやし	じゃがいも 砂糖 パン粉 砂糖 でんぷん	油 ごま 油	790
17 金	<愛知を食べる学校給食の日>								
	とりめし 牛乳 青のりのみそ汁 キャベコロ フローズンヨーグルト	直送 スプーン	とり肉 油あげ 豆腐 みそ ぶた肉 とり肉 大豆	牛乳 青のり	にんじん ねぎ	たけのこ だいこん えのきたけ キャベツ たまねぎ	米 砂糖 パン粉 砂糖 でんぷん	油 カレールウ	723 851
20 月	ごはん 牛乳			牛乳			米		663
	八宝菜 小松菜まんじゅう 中華サラダ	小中2こ	ぶた肉 うずら卵 いか ぶた肉 ハム		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ キャベツ しいたけ キャベツ 根深ねぎ たまねぎ しょうが もやし きゅうり	でんぷん 砂糖 小麦粉 はるさめ 砂糖	油 ごま油 油 ごま油	796
21 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		695
	クロールパン 牛乳 じゃがいものポタージュスープ 白身魚フライ ミニトマト	スプーン 小2こ中3こ ビニール手袋	とり肉 ホキ	牛乳 ポタージュスープの素 牛乳	パセリ	たまねぎ	じゃがいも 小麦粉 パン粉 でんぷん	バター 油	805
22 水	ごはん 牛乳			牛乳			米		603
	わかめスープ かに玉の甘酢あんかけ 豚キムチ炒め		なると かに たまご ぶた肉	わかめ	にんじん ねぎ	もやし たけのこ しいたけ たまねぎ たけのこ 白菜キムチ	砂糖 でんぷん 小麦 はるさめ 砂糖	ごま油 ごま油 ごま油 油 油 ごま油	735
23 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		683
	生揚げの五目煮 いわしの梅煮 とうもろこし(保・中) 蒲郡みかんゼリー(小)	ビニール手袋 直送 スプーン	ぶた肉 生あげ ちくわ いわし		にんじん さやいんげん	こんにゃく たけのこ しいたけ うめ とうもろこし みかん	砂糖 砂糖 でんぷん 砂糖	油	787
24 金	ゆかりごはん 牛乳			牛乳			米		622
	白みそ汁 ささみフライ うの花		豆腐 油あげ みそ ささみ 大豆 ぶた肉 おから	わかめ	ゆかりこ ねぎ	だいこん	じゃがいも じゃがいも 米パン粉 砂糖	油 油	762
27 月	ハヤシライス 牛乳	スプーン	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	米 じゃがいも	油 ハヤシルウ デミグラスソース	632
	ビーンズサラダ		ツナ 大豆 白いんげん豆 ひよこ豆			キャベツ えだまめ きゅうり		マヨネーズ	786
28 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		661
	春雨スープ 揚げ鶏の香味だれ 杏仁豆腐	スプーン	とり肉		にんじん ねぎ	たけのこ もやし しいたけ しょうが 根深ねぎ パイン みかん もも	はるさめ でんぷん 砂糖	油 油	815
29 水	ロールパン 牛乳			牛乳			ロールパン		672
	野菜のスープ煮 イタリアンスパゲッティ すいか	スプーン ビニール手袋	とり肉 ベーコン	チーズ	にんじん チンゲンサイ トマト	とうもろこし キャベツ しめじ たまねぎ にんにく グリンピース すいか	油 スパゲッティ	油	783
30 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		644
	かき玉汁 さんまのみぞれ煮 アスパラサラダ		卵 かまぼこ さんま ハム	わかめ	にんじん ねぎ	だいこん とうもろこし キャベツ	でんぷん 砂糖 でんぷん	ごまドレッシング	777

*太字はたはら食育週間に使用する田原産の食べ物です。*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

健康で心豊かな生活を送るためには、健全な食生活と、それを支えるための持続可能な社会や環境が必要です。食育は、健康によい食べ方や環境に配慮した食生活を通して、豊かな心を育むことをめざしています。

6月4日-10日/歯と口の健康週間

歯と口は、食べ物を食べたり、話をしたりなどの重要な役割があり、心や体の健康にもつながっています。歯と口を健康に保つには、歯みがきや規則正しい食生活はもちろん、よくかんで食べる習慣を身に付けることが大切です。この期間中は、かみかみ献立を多く取り入れた献立になっています。よくかんで食べましょう。



6月13日-17日/たはら食育週間

給食では、地元の食材を積極的に使用し、「地産地消」に取り組んでいます。今年度は6月13日から17日を「たはら食育週間」とし、田原産の食材を多く使用した給食を実施します。17日の「愛知を食べる学校給食の日」には、愛知県の郷土料理や田原市で生まれたキャベコロなどが登場します。新鮮でおいしい地元の食べ物を味わいましょう。

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、じゃがいも、しいたけ、メロン、すいか、トマト、たまねぎ、とうもろこし、青じそ

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。



かみかみ献立

かみかみのある食材を使用した献立です。

