

令和6年6月分 学校給食献立一覧表

日 曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるものになる		おもに体の調子を整えるものになる		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 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ類・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実類	
3 月	ごはん 牛乳 鶏だんご汁 かつおの土佐煮 もずくサラダ		とりだんご	牛乳	にんじん ほうれんそう	だいごん しいたけ しょうが	米		619
			かつお けずりぶし			しょうが	砂糖 でんぷん		756
4 火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい そえ野菜 さつまいもスティック	スプーン 小2こ 中3こ	ぶた肉 牛肉 だいず 豆腐 みそ ぶた肉	牛乳	ねぎ	たまねぎ しょうが	米		652
					チンゲンサイ	たまねぎ しょうが もやし	パン粉 でんぷん 小麦粉 砂糖	ごま油 油	812
5 水	ごはん 牛乳 かき玉汁 たことポテののり塩揚げ ごまあえ		卵 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ		米		619
			たこ	青のり			じゃがいも 米粉 でんぷん	油	766
6 木	スライスパン 牛乳 クリームシチュー 野菜のマリネ 小魚 りんごジャム	スプーン	とり肉	牛乳 牛乳 チーズ ホワイトルウ ポタージュスープの素		たまねぎ グリンピース	スライスパン		685
			ハム		パセリ バジル	だいごん キャベツ きゅうり	じゃがいも さつまいも 白いんげん豆	油	771
7 金	ごはん 牛乳 いりどり 厚焼き卵 わかめといかの酢みそあえ		とり肉 ちくわ	牛乳	にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう しいたけ たけのこ	米		629
			卵	わかめ			砂糖 でんぷん	油	769
10 月	ごはん 牛乳 白みそ汁 さばの照り焼き くきわかめのきんぴら		豆腐 油あげ みそ	わかめ	ねぎ	だいごん しめじ	米		668
			さば				砂糖 でんぷん	油	824
11 火	ごはん 牛乳 肉じゃが おから入り揚半 大葉のおひたし	小2こ 中3こ しょうゆ (クラス1本)	ぶた肉	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	米		604
			たら いとよりだい おから けずりぶし		にんじん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖	油	754
12 水	ソフトめんのみートソースかけ 牛乳 かぼちゃコロッケ すいか	ビニール手袋	ぶた肉 牛肉 だいず	牛乳 チーズ	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		689
			とり肉		かぼちゃ	たまねぎ	パン粉 小麦粉 砂糖	油	894
13 木	ひじきの肉みそ丼 牛乳 つみれ汁 マカロニサラダ	スプーン マヨネーズ (個袋)	ぶた肉 大豆 みそ	牛乳 ひじき	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		646
			つみれ 油あげ		にんじん ねぎ	だいごん しいたけ しょうが	油	806	
14 金	ごはん 牛乳 八宝菜 揚げぎょうざ 中華サラダ	小2こ 中3こ	ぶた肉 うずら卵 いか	牛乳	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	米		683
			ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	じゃがいも 砂糖	油	868
17 月	ごはん 牛乳 たまねぎのすまし汁 たらの銀紙焼き 切干大根のサラダ	ドレッシング (個袋)	豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ	米		625
			たら みそ				砂糖 でんぷん		753
18 火	ジャーマンポテトサンド 牛乳 コンソメスープ タカミメロン	スプーン ビニール手袋	ベーコン	牛乳			サンドイッチロールパン じゃがいも		634
			とり肉		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ とうもろこし キャベツ メロン	タルタルソース	油	745
19 水	<愛知を食べる学校給食の日> みかわポークのカレーライス 牛乳 メヒカリフライ キャベツウサラダ	スプーン 小2こ 中3こ ソース (クラス1本)	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		677
			メヒカリ				パン粉 小麦粉	油	851
20 木	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ 肉だんご 磯香あえ	小2こ 中3こ	ぶた肉 高野豆腐 卵	牛乳	にんじん みつば	たまねぎ しめじ	米		628
			とり肉 大豆			たまねぎ	砂糖 パン粉	油	785
21 金	ごはん 牛乳 牛肉のトマト煮込み キャベコ とうもろこし (中) ぶどうゼリー (小)	ビニール手袋 直送 スプーン	牛肉	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ しめじ	米		699
			ぶた肉 とり肉 大豆			キャベツ たまねぎ	じゃがいも 砂糖	油	809
24 月	そばろ丼 牛乳 合わせみそ汁 ポロニアカツ	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		695
			豆腐 油あげ みそ	わかめ	ほうれんそう ねぎ	だいごん えのきたけ	油	856	
25 火	ごはん 牛乳 中華スープ ショロンポー 豚キムチ炒め	2こ	とり肉	牛乳	にんじん ねぎ	もやし しいたけ	米		645
			ぶた肉			キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが	はるさめ でんぷん 砂糖	油	757
26 水	ごはん 牛乳 じゃがいもの含め煮 豆腐ハンバーグおろしソース とうもろこし (小) ぶどうゼリー (中)	ビニール手袋 直送 スプーン	あげはん	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	米		624
			豆腐 とり肉 ぶた肉 大豆			たまねぎ だいごん	じゃがいも 砂糖	油	788
27 木	ごはん 牛乳 沢煮汁 いわしのみそ煮 ツナサラダ	マヨネーズ (個袋)	ぶた肉 豆腐 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう えのきたけ	米		667
			いわし みそ		ねぎ		砂糖		833
28 金	クロールパン 牛乳 オニオンスープ いかフライ クランチサラダ	スプーン ドレッシング (個袋)	ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	クロールパン		704
			いか			キャベツ えだまめ きゅうり	パン粉 小麦粉	油	808

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4日～10日 歯と口の健康週間 かみかみ献立

歯と口は、食べる、話をするなど重要な役割があり、心や体の健康にもつながります。歯と口を健康に保つには、歯みがきや規則正しい食生活だけでなく、よくかんで食べる習慣を身につけることが大切です。この期間中は、かみかみ献立を毎日取り入れています。よくかんで食べましょう。



田原市は 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 切干大根 だいごん

6月は食育月間 6月17日～21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。6月17日から21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。19日の「愛知を食べる学校給食の日」には、田原育ちの豚肉や野菜、三河湾で水揚げされたメヒカリのフライが登場します。新鮮でおいしい地元の食べ物を味わいましょう。