

令和4年6月分 予定献立表



幼稚園

刈谷市学校給食センター

日 ／ 曜	献立名 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 (kcal) たんぱく たんぱく (g)
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	ビタミ ン 緑黄色野菜 その他の野菜 果物・きのこ		炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂質 油脂・種実類	
1 水	豚肉とトマトのスパゲティー 牛乳 (ソフトめん・豚肉とトマトのスパゲティーソース)	豚肉	飲用牛乳	トマト にんじん ピーマン	玉ねぎ なす	ソフトめん 砂糖		541
	さわらの香草焼き	さわら		バジル パセリ			米油	26.3
	フルーツのはちみつレモンゼリーあえ				黄桃 バイナップル みかん	はちみつレモンゼリー		
2 木	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	いわしの梅煮	いわし			梅肉			532
	豆じゃが	豚肉 大豆		にんじん	こんにやく 枝豆 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		22.8
3 金	ひじきサラダ		ひじき	赤パプリカ	きゅうり とうもろこし	砂糖	ドレッシング	
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	生揚げのオイスターソースいため	豚肉 生揚げ		ねぎ にんじん	玉ねぎ たけのこ しめじ	砂糖 でん粉	ごま油	556
6 月	春巻き	豚肉		にんじん	キャベツ 玉ねぎ	春巻きの皮 はるさめ	米油	18.9
	チンゲンサイとわかめのサラダ		わかめ	チンゲンサイ	もやし		ドレッシング	
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
7 火	鶏肉のしょうが焼き	鶏肉			しょうが		米油	424
	玉ねぎたっぷり豆乳みそ汁	生揚げ 豆乳 合わせみそ		にんじん 小松菜	キャベツ 玉ねぎ			18.0
	じゃが芋のいため煮			にんじん	こんにやく	じゃが芋 砂糖	ごま油	
8 水	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	あじの塩焼き	あじ					米油	472
	高野豆腐のいり煮	鶏肉 ちくわ 高野豆腐		さやいんげん にんじん	こんにやく ごぼう	じゃが芋 砂糖		26.6
9 木	たくあんあえ				キャベツ たくあん			
	小型ロールパン 牛乳		飲用牛乳			小型ロールパン		
	肉団子のケチャップ煮	鶏肉		トマト	玉ねぎ			481
10 金	枝豆のクリームスープ	ベーコン 白いんげん豆	牛乳 脱脂粉乳		玉ねぎ 枝豆	じゃが芋	バター ベシヤメルソース	20.7
	さわやかサラダ			にんじん トマト	きゅうり キャベツ とうもろこし		ドレッシング	
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
11 土	たこナゲット	たこ いか たちうお				小麦粉	米油	440
	たっぷりキャベツの中華煮	豚肉 かまぼこ		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ キャベツ たけのこ しょうが しめじ	でん粉	ごま油	17.4
	華風あえ			にんじん	きゅうり もやし	はるさめ 砂糖	ごま油	
12 日	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	高菜のかみかみふりかけ	まぐろ	しらす干し ひじき	にんじん 高菜漬		砂糖	大豆油	451
	チキンカツ	鶏肉				パン粉 小麦粉	米油	20.1
13 月	けんちん汁	豆腐		にんじん ねぎ	こんにやく ごぼう 大根	里芋	ごま油	
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	ハンバーグのいちじくソースかけ	豚肉 鶏肉			玉ねぎ いちじく レモン果汁	砂糖 でん粉		432
14 火	じゃが芋と生揚げの赤だし	生揚げ 豆みそ		にんじん	ふき えのきたけ	じゃが芋		18.1
	小松菜のごまあえ			小松菜	もやし	砂糖	ごま	
	にんじんごはん (麦ごはん・にんじんごはんの具)	鶏肉	飲用牛乳	にんじん	たけのこ しめじ	麦ごはん 砂糖		475
15 水	ぶりの白しょうゆ漬	ぶり					米油	23.2
	八杯汁	ちくわ 豆腐 油揚げ		小松菜	こんにやく 干しいたけ	里芋		

6月13日(月)～17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)

13 月	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	ハンバーグのいちじくソースかけ	豚肉 鶏肉			玉ねぎ いちじく レモン果汁	砂糖 でん粉		432
	じゃが芋と生揚げの赤だし	生揚げ 豆みそ		にんじん	ふき えのきたけ	じゃが芋		18.1
14 火	小松菜のごまあえ			小松菜	もやし	砂糖	ごま	
	にんじんごはん (麦ごはん・にんじんごはんの具)	鶏肉	飲用牛乳	にんじん	たけのこ しめじ	麦ごはん 砂糖		475
	ぶりの白しょうゆ漬	ぶり					米油	23.2
15 水	八杯汁	ちくわ 豆腐 油揚げ		小松菜	こんにやく 干しいたけ	里芋		

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

490 kcal

たんぱく質基準値

20.2 g

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》

いいともあいち運動の
シンボルマークです



6月13日(月)から17日(金)は「愛知を食べる学校給食週間」です。

幼稚園

15 水	愛知の恵みたっぷりあんかけ元気うどん!! (白玉うどん・ 愛知の恵みたっぷりあんかけ元気うどん!!の汁)	豚肉 えび 刈谷東中学校1年生 西尾 花暖さんの 「食まる料理コンテスト」入賞料理です	飲用牛乳 粉チーズ	にんじん ピーマン	なす 玉ねぎ キャベツ 黄桃 にんにく しょうが	白玉うどん でん粉	米油	590
	刈谷市産大豆と野菜のかき揚げ	大豆		にんじん	玉ねぎ	さつま芋 小麦粉	米油	20.3
	切り干し大根のごま酢あえ				刈谷市産切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま	
16 木	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		
	コーンしゅうまい	魚すり身 豆腐			とうもろこし 玉ねぎ	しゅうまいの皮		438
	ホイコーロー	豚肉 豆みそ		ピーマン にんじん	キャベツ たけのこ 玉ねぎ にんにく しょうが	砂糖 でん粉	米油	17.4
	もやしときゅうりのナムル				きゅうり もやし		ごま油	
17 金	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		
	食まるキーマカレー	豚肉 豚レバー	脱脂粉乳	にんじん トマト	玉ねぎ 刈谷市産切り干し大根 なす パイナップル りんご にんにく		カレールウ	487
	めひかりのフライ	めひかり				パン粉 小麦粉	米油	18.3
	愛知県産野菜の福神あえ			青じそ	福神漬け キャベツ		ごま	
20 月	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		482
	さばのみそ煮	さば みそ						
	野菜と生揚げのそぼろ煮	鶏肉 生揚げ		にんじん 小松菜	玉ねぎ たけのこ 干ししいたけ	じゃが芋 でん粉		20.5
21 火	きゅうり昆布		昆布		きゅうり		ごま油	
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		400
	豚肉と野菜のいため物	豚肉		にんじん いら	キャベツ 玉ねぎ	砂糖		
	中華スープ	豆腐 えび	わかめ	にんじん チンゲンサイ	もやし とうもろこし		ごま油	17.2
22 水	プチャセセラゼリー					ゼリー		
	ミルクロールパン	牛乳	飲用牛乳			ミルクロールパン		561
	ツナマヨオムレツ	卵 まぐろ					米油	
23 木	ポークビーンズ	豚肉 大豆	脱脂粉乳	にんじん トマト	玉ねぎ にんにく グリーンピース レモン果汁	じゃが芋 砂糖	バター ハヤシルウ	24.2
	アスパラとキャベツのサラダ			グリーンアスパラガス	キャベツ		ドレッシング	
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		
24 金	けんちんしのだ	豆腐 油揚げ たらすり身	ひじき	にんじん				494
	[甘みそ]	豆みそ			しょうが	砂糖	ごま	19.0
	沢煮椀	豚肉		にんじん 三つ葉	たけのこ 大根 ごぼう 干ししいたけ			
	小松菜とベーコンのさっぱりいため	ベーコン		小松菜	とうもろこし		米油	
27 月	ケチャップライス (麦ごはん・ケチャップライスの具)	牛乳	飲用牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ	麦ごはん	バター	533
	かれいフライ	かれい				パン粉 小麦粉	米油	21.7
	[ソース]							
28 火	豚肉とじゃが芋のスープ煮	豚肉 ポークウィンナー		にんじん	玉ねぎ キャベツ しめじ	じゃが芋		
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		
	鶏肉とレバーの黒酢がらめ	鶏レバー 鶏肉				でん粉 砂糖	米油	467
	さけ団子のみそ汁	さけ団子 湯揚げ 豆みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく キャベツ 玉ねぎ しょうが	じゃが芋		20.1
29 水	アーモンドあえ			にんじん チンゲンサイ	もやし	砂糖	アーモンド	
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		
	豚肉と野菜のしょうが煮	豚肉 はんぺん		にんじん 小松菜	こんにゃく 大根 玉ねぎ たけのこ しょうが	砂糖		509
30 木	おからコロッケ	おから 鶏肉			玉ねぎ ごぼう	じゃが芋 パン粉 でん粉	米油	17.8
	海そうサラダ		海そう		キャベツ とうもろこし			
	スライスパン	牛乳	飲用牛乳			スライスパン		
	鶏肉のハーブ焼き	鶏肉		バジル パセリ				557
30 木	豆乳野菜スープ	ベーコン 豆乳		にんじん	玉ねぎ キャベツ 枝豆	じゃが芋		22.8
	カラフル大根サラダ			赤パプリカ 黄パプリカ	きゅうり 大根		ドレッシング	
	ブルーベリージャム					ブルーベリージャム		
30 木	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん		473
	豚肉の柳川風煮	豚肉 卵		にんじん ねぎ	ごぼう 玉ねぎ 干ししいたけ こんにゃく	砂糖		20.8
野菜はんぺんのお好みソース	たらすり身 いか				キャベツ 白ねぎ しょうが	砂糖 でん粉	米油	