

# 令和6年6月分 予定献立表



## 形態食

刈谷市学校給食センター

| 日<br>曜 | 献立名                             | 主に体の組織をつくる食品           |                  | 主に体の調子を整える食品      |                         | 主にエネルギーになる食品      |                |
|--------|---------------------------------|------------------------|------------------|-------------------|-------------------------|-------------------|----------------|
|        |                                 | たんぱく質                  | 無機質              | ビタミン              |                         | 炭水化物              | 脂質             |
|        |                                 | 魚・肉・卵<br>豆・豆製品         | 牛乳・乳製品<br>小魚・海そう | 緑黄色野菜             | その他の野菜<br>果物・きのこ        | 米・パン・めん<br>芋・砂糖   | 油脂・種実類         |
| 3月     | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
|        | 生揚げのオイスターソースいため                 | ぶたにく なまあげ              |                  | チンゲンサイ<br>にんじん    | たまねぎ たけのこ<br>しめじ        | さとう でんぶん          |                |
|        | 肉団子の甘辛煮                         | とりにく                   |                  |                   | たまねぎ                    |                   |                |
|        | キャベツともやしのナムル                    |                        |                  |                   | もやし キャベツ<br>しょうが        |                   | ごまあぶら          |
| 4火     | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
|        | キャベツ入りメンチカツ                     | ぎゅうにく ぶたにく             |                  |                   | キャベツ たまねぎ               | パンこ こむぎこ          | こめあぶら          |
|        | 肉じゃが                            | ぶたにく                   |                  | にんじん<br>さやいんげん    | こんにやく たまねぎ              | じゃがいも さとう         |                |
|        | 豆乳パンナコッタ                        |                        |                  |                   |                         | とうにゅうパンナコッタ       |                |
| 5水     | 豚肉とトマトのスパゲティー 牛乳<br>(ソフトめん・ソース) | ぶたにく たいず               | 飲用牛乳             | トマト にんじん<br>ピーマン  | たまねぎ しめじ                | ソフトめん<br>さとう      |                |
|        | 鶏肉の塩レモン焼き                       | とりにく                   |                  |                   | レモンかじゅう                 |                   | こめあぶら          |
|        | ぶどうゼリーのフルーツあえ                   |                        |                  |                   | おうとう                    | ぶどうゼリー            |                |
|        | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
| 6木     | いわしの梅煮                          | いわし                    |                  |                   | ばいりく                    |                   |                |
|        | 八杯汁                             | ちくわ とうふ                |                  | にんじん ねぎ           | ほししいたけ                  | さといも              |                |
|        | 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 とうもろこし              |                   | ドレッシング         |
|        | プチ洋なしゼリー                        |                        |                  |                   |                         | ゼリー               |                |
| 7金     | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
|        | 大豆とひよこ豆のチキンカレー                  | とりにく たいず               |                  | トマト にんじん          | たまねぎ<br>しょうが にんにく       | ひよこめめ             | こめあぶら<br>カレールー |
|        | コロッケ                            |                        |                  |                   | たまねぎ                    | じゃがいも パンこ<br>こむぎこ | こめあぶら          |
|        | 福神あえ                            |                        |                  |                   | キャベツ<br>ふくじんづけ          |                   | ごま             |
| 10月    | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
|        | ハンバーグの照り焼きソースかけ                 | ぶたにく とりにく              |                  |                   | たまねぎ しょうが<br>にんにく       | さとう でんぶん          | ごまあぶら          |
|        | 鶏肉と根菜のみそ煮                       | とりにく はんぺん<br>なまあげ まめみそ |                  | にんじん              | こんにやく ごぼう<br>えだまめ       | じゃがいも さとう         |                |
|        | 小松菜としらすのふりかけ                    | かつおぶし                  | しらすぼし            | こまつな              |                         | さとう               | ごま ごまあぶら       |
| 11火    | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
|        | 鶏肉とレバーのごまがらめ                    | とりにく とりレバー             |                  |                   | しょうが                    | でんぶん さとう          | こめあぶら ごま       |
|        | チンゲンサイと生揚げの中華煮                  | ぶたにく なまあげ              |                  | チンゲンサイ<br>にんじん    | キャベツ<br>たけのこ しめじ        | でんぶん              |                |
|        | 切り干しで中華サラダ                      |                        |                  |                   | きりぼしだいこん<br>きゅうり とうもろこし | さとう               | ごまあぶら          |
| 12水    | 黒ロールパン 牛乳                       |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | くろロールパン           |                |
|        | 白身魚香味フライ                        | たら                     |                  | パセリ バジル           |                         | こむぎこ パンこ          | こめあぶら          |
|        | 白いんげん豆のポタージュ                    | ベーコン                   | ぎゅうにゅう<br>なまクリーム |                   | たまねぎ<br>マッシュルーム         | しろいんげんまめ<br>じゃがいも | ベシャメルソース       |
|        | キャベツのレモンサラダ                     |                        |                  | にんじん              | キャベツ レモンかじゅう            | さとう               |                |
| 14金    | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
|        | ごぼう入りつくね(2個)                    | とりにく                   |                  |                   | たまねぎ<br>ごぼう しょうが        |                   |                |
|        | 野菜と生揚げのそぼろ煮                     | ぶたにく なまあげ              |                  | こまつな にんじん         | こんにやく たまねぎ<br>ほししいたけ    | じゃがいも             |                |
|        | キャベツの赤じそあえ                      |                        |                  | あかじそ              | キャベツ                    |                   |                |
| 17月    | ごはん 牛乳                          |                        | 飲用牛乳             |                   |                         | こめ                |                |
|        | 豚キムチ                            | ぶたにく                   |                  | にんじん いら           | キャベツ たまねぎ<br>はくさいキムチ    | さとう               |                |
|        | チンゲンサイとはるさめの卵スープ                | ベーコン<br>たまご とうふ        | わかめ              | にんじん<br>チンゲンサイ ねぎ | ほししいたけ                  | はるさめ<br>でんぶん      | ごまあぶら          |
|        | みかんゼリー                          |                        |                  |                   |                         | ゼリー               |                |

〔 〕: 卓上物 【 】: 業者配送 太字: 新献立 ◆: 我が家のじま料理

6月は食育月間です!

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》



# 形態食

|                                                                       | ごはん               | 牛乳               | 牛乳        | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------|-----------|-----------------|------------------------|---------------------|-------------------|
| 18                                                                    | えびカツ              | えび たら            |           |                 |                        | たまねぎ                | パンこ こむぎこ          |
| 火                                                                     | 豚肉と野菜のしょうが煮       | ぶたにく はんぺん        |           | にんじん            | こんにやく えだまめ しょうが たまねぎ   | じゃがいも さとう           |                   |
|                                                                       | キャベツのアーモンドあえ      |                  |           | にんじん こまつな       | キャベツ                   | さとう                 | アーモンド             |
| 6月19日(水)は『愛知を食べる学校給食の日』です。<br>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                                                                    | 芋川うどん (きしめん・汁)    | 牛乳               | とりにく かまぼこ | 牛乳              | にんじん ねぎ                | たまねぎ えのきたけ 刈谷市産しいたけ | きしめん さとう でんぶん     |
| 水                                                                     | 刈谷市産大豆と野菜のかき揚げ    | 刈谷市産だいず          |           | にんじん            | たまねぎ                   | さつまいも こむぎこ          | こめあぶら             |
|                                                                       | キャベツと切り干し大根のごま酢あえ |                  |           |                 | きりしまだいこん キャベツ きゅうり     | さとう                 | ごま                |
|                                                                       | プチ蒲郡みかんゼリー        |                  |           |                 |                        | ゼリー                 | 蒲郡みかん果汁のゼリーです     |
| 20                                                                    | ごはん               | 牛乳               | 牛乳        | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
| 木                                                                     | いわしのオレンジ煮         | いわし              |           |                 |                        | オレンジかじゅう オレンジピール    |                   |
|                                                                       | なすのみそ汁            | とりにく まめみそ        |           | ねぎ              | なす キャベツ                | じゃがいも               |                   |
|                                                                       | けんちょう (山口県)       | ベーコン とうふ         |           | にんじん さやいんげん     | だいこん ほししいたけ            | さとう                 | こめあぶら             |
| 21                                                                    | ごはん               | 牛乳               | 牛乳        | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
| 金                                                                     | 厚焼き卵              | たまご              |           |                 |                        |                     |                   |
|                                                                       | じゃが芋と大豆のうま煮       | とりにく だいず         |           | にんじん さやいんげん     | こんにやく たまねぎ キャベツ とうもろこし | じゃがいも さとう           |                   |
|                                                                       | 海そうサラダ            |                  | わかめ       |                 |                        |                     |                   |
| 24                                                                    | ごはん               | 牛乳               | 牛乳        | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
| 月                                                                     | さばのみそ煮            | さば みそ            |           |                 |                        |                     |                   |
|                                                                       | 高野豆腐のいり煮          | とりにく はんぺん こうやどうふ |           | にんじん さやいんげん     | こんにやく ごぼう              | じゃがいも さとう           |                   |
|                                                                       | ひじきサラダ            |                  | ひじき       |                 | えだまめ とうもろこし            | さとう                 | ドレッシング            |
| 25                                                                    | ごはん               | 牛乳               | 牛乳        | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
| 火                                                                     | まぐろカツ             | まぐろ              |           |                 |                        | たまねぎ しょうが           | パンこ こむぎこ          |
|                                                                       | 実だくさんみそ汁          | こめみそ まめみそ        | わかめ       | にんじん ねぎ         | だいこん キャベツ たまねぎ えのきたけ   |                     |                   |
|                                                                       | ◆牛肉とごぼうの甘辛煮       | ぎゅうにく            | にんじん      |                 | こんにやく ごぼう              | さとう                 | ごまあぶら ごま          |
| 26                                                                    | ミルクロールパン          | 牛乳               | 牛乳        | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
| 水                                                                     | オムレツ              | たまご              |           |                 |                        |                     |                   |
|                                                                       | 刈谷市産大豆のポークビーンズ    | ぶたにく 刈谷市産だいず     | だっしふんにゅう  | にんじん パセリ トマト    | たまねぎ                   | じゃがいも さとう           | こめあぶら             |
|                                                                       | アスパラサラダ           |                  |           | グリーンアスパラガス にんじん | キャベツ とうもろこし            |                     | ドレッシング            |
| 27                                                                    | ごはん               | 牛乳               | 牛乳        | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
| 木                                                                     | ちくわのいそ辺揚げ         | ちくわ              | あおのりに     |                 |                        | こむぎこ                | こめあぶら             |
|                                                                       | 野菜と豆腐のうま塩煮        | ぶたにく とうふ         |           | チンゲンサイ にんじん     | たまねぎ にんにく えのきたけ        | じゃがいも               |                   |
|                                                                       | たくあんあえ            |                  |           |                 | キャベツ たくあん              |                     | ごま                |
| 28                                                                    | カレーそばごはん (ごはん・具)  | 牛乳               | ぶたにく      | 牛乳              | 牛乳                     | 牛乳                  | 牛乳                |
| 金                                                                     | いかフライのレモン煮        | いか               |           |                 |                        | レモンかじゅう             | パンこ こむぎこ さとう でんぶん |
|                                                                       | ひよこ豆のミネストローネ      | ベーコン             |           | あかいブリーカ トマト     | たまねぎ キャベツ              | ひよこ豆 じゃがいも さとう      | こめあぶら             |

愛知県産の食材  
(6月の予定)

主食(こめ(刈谷市産) こむぎ) 牛乳 牛乳 さやいんげん 小松菜 チンゲンサイ にんじん ねぎ ピーマン キャベツ  
きゅうり 玉ねぎ なす 牛肉 豚肉 しらす干し 卵 青のり粉 冷凍みかん 大豆 みそ 切り干し大根 干しいたけ

にほんぜんこくあじ  
日本全国味めぐり

こんげつ あじ  
今月の味めぐりは「山口県」です。



## けんちょう

江戸時代に誕生した「けんちょう」は、豆腐と大根、にんじんを煮た料理が始まりで、特別な日に食べられていました。現在では、地域や家庭の特色を生かして、さまざまな具材を加えた家庭料理として食べられています。給食では、山口県の多くの地域で食べられている「けんちょう」の具材を使っています。

