

令和6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) たんぱく質 (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	
3月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	生揚げのオイスターソースいため	豚肉 生揚げ		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ たけのこ しめじ	砂糖 でん粉		460
	肉団子の甘辛煮	鶏肉			玉ねぎ			21.1
	キャベツともやしのナムル				もやし キャベツ しょうが		ごま油	
4火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	キャベツ入りメンチカツ	牛肉 豚肉			キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉	米油	558
	肉じゃが	豚肉		にんじん さやいんげん	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		21.1
	大豆とひじきの煮物	大豆	ひじき			砂糖		
5水	豚肉とトマトのスパゲティー 牛乳 (ソフトめん・ソース)	豚肉 大豆	飲用牛乳	トマト にんじん ピーマン	玉ねぎ しめじ	ソフトめん 砂糖		510
	鶏肉の塩レモン焼き	鶏肉			レモン果汁		米油	23.0
	ぶどうゼリーのフルーツあえ				みかん 黄桃	ぶどうゼリー		
6木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	いわしの梅煮	いわし			梅肉			441
	八杯汁	ちくわ 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	干しいたけ	里芋		20.3
	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	
7金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	大豆とひよこ豆のチキンカレー	鶏肉 大豆		トマト にんじん	玉ねぎ しょうが にんにく	ひよこ豆	米油 カレールウ	515
	コロッケ				玉ねぎ	じゃが芋 パン粉 小麦粉	米油	18.5
	福神あえ				キャベツ 福神漬		ごま	
10月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	ハンバーグの照り焼きソースかけ	豚肉 鶏肉			玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油	471
	鶏肉と根菜のみそ煮	鶏肉 はんぺん 生揚げ 豆みそ		にんじん	こんにゃく ごぼう 枝豆	じゃが芋 砂糖		22.8
	小松菜としらすのふりかけ	かつお節	しらす干し	小松菜		砂糖	ごま ごま油	
11火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	鶏肉とレバーのごまがらめ	鶏肉 鶏レバー			しょうが	でん粉 砂糖	米油 ごま	469
	チンゲンサイと生揚げの中華煮	豚肉 生揚げ		チンゲンサイ にんじん	キャベツ たけのこ しめじ	でん粉		20.8
	切り干しで中華サラダ				切り干し大根 きゅうり とうもろこし	砂糖	ごま油	
12水	黒ロールパン 牛乳		飲用牛乳			黒ロールパン		
	白身魚香味フライ	たら		パセリ バジル		小麦粉 パン粉	米油	543
	白いんげん豆のポタージュ	ベーコン	牛乳 生クリーム		玉ねぎ マッシュルーム	白いんげん豆 じゃが芋	ベシメルソース	23.5
	キャベツのレモンサラダ			にんじん	キャベツ レモン果汁	砂糖		
13木	ツナとコーンのピラフ 牛乳 (麦ご飯・具)	まぐろ油漬	飲用牛乳	にんじん	玉ねぎ とうもろこし しょうが	米 大麦	米油	421
	チキンナゲット	鶏肉			にんにく	パン粉 小麦粉	米油	18.4
	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		
14金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	ごぼう入りつくね	鶏肉			玉ねぎ ごぼう しょうが			409
	野菜と生揚げのそぼろ煮	豚肉 生揚げ		小松菜 にんじん	こんにゃく 玉ねぎ 干しいたけ	じゃが芋		17.1
	キャベツの赤じそあえ			赤じそ	キャベツ			

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
490kcal

たんぱく質基準値
20.2g

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》

6月は食育月間です！



幼児園

17月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		407
	豚肉と野菜のオイスターソースいため	豚肉			にんじん にら	キャベツ 玉ねぎ	砂糖		
	チンゲンサイとはるさめの卵スープ	ベーコン 卵 豆腐		わかめ	にんじん チンゲンサイ ねぎ	干しいたけ	はるさめ でん粉	ごま油	17.5
18火	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	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		425
	めひかりのフライ			めひかり			パン粉 小麦粉	米油	
	豚肉と野菜のしょうが煮	豚肉 はんぺん			にんじん	こんにゃく 枝豆 しょうが 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		17.1
	キャベツのアーモンドあえ				にんじん 小松菜	キャベツ	砂糖	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。 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水	芋川うどん (きしめん・汁)	牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ 刈谷市産しいたけ	きしめん 砂糖 でん粉		563
	刈谷市産大豆と野菜のかき揚げ		刈谷市産大豆		にんじん	玉ねぎ	さつま芋 小麦粉	米油	20.1
	キャベツと切り干し大根のごま酢あえ					切り干し大根 キャベツ きゅうり	砂糖	ごま	
20木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		41.0
	さわらの白しょうゆ焼き		さわら						
	なすのみそ汁		鶏肉 豆みそ		ねぎ	なす キャベツ	じゃが芋		21.6
21金	けんちょう (山口県)		ベーコン 豆腐		にんじん さやいんげん	大根 干しいたけ	砂糖	米油	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		433
	厚焼き卵		卵						
24月	じゃが芋と大豆のうま煮		鶏肉 大豆		にんじん さやいんげん	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		18.7
	海そうサラダ			海そう		キャベツ とうもろこし			
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		502
25火	さばのみそ煮		さば みそ						
	高野豆腐のいり煮		鶏肉 はんぺん 高野豆腐		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう	じゃが芋 砂糖		21.9
	ひじきサラダ			ひじき		枝豆 とうもろこし	砂糖	ドレッシング	
26水	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		447
	まぐろカツ		まぐろ			玉ねぎ しょうが	パン粉 小麦粉	米油	
	実だくさんみそ汁		油揚げ 米みそ 豆みそ	わかめ	にんじん ねぎ	大根 キャベツ 玉ねぎ えのきたけ			17.5
27木	◆牛肉とごぼうの甘辛煮		牛肉		にんじん	こんにゃく ごぼう	砂糖	ごま油 ごま	
	ミルクロールパン	牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン		539
	オムレツ		卵						
28金	刈谷市産大豆のポークビーンズ		豚肉 刈谷市産大豆	脱脂粉乳	にんじん パセリ トマト	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	米油	25.4
	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	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		413
29土	ちくわのいそ辺揚げ		ちくわ	青のり粉			小麦粉	米油	
	野菜と豆腐のうま塩煮		豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ にんにく えのきたけ	じゃが芋		17.2
	たくあんあえ					キャベツ たくあん		ごま	
30日	カレーそばご飯 (麦ご飯・具)	牛乳	豚肉	飲用牛乳		とうもろこし 玉ねぎ 枝豆 しょうが にんにく	米 大麦 砂糖		438
	子持ちししゃもフライのレモン煮			子持ちししゃも		レモン果汁	パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉	米油	18.0
	ひよこ豆のミネストローネ		ベーコン		赤パプリカ トマト	玉ねぎ キャベツ	ひよこ豆 じゃが芋 砂糖	米油	

愛知県産の食材 主食(米(刈谷市産) 小麦) 飲用牛乳 さやいんげん 小松菜 チンゲンサイ にんじん ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり (6月の予定) 玉ねぎ なす 牛肉 豚肉 めひかり 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 豆腐

日本全国味めぐり

今月の味めぐりは「山口県」です。



山口県

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。

