

令和8年6月分 予定献立表



小学校

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	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		エネルギー値 (kcal)	
		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		たんぱく質 (g)
1月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		644	
	子持ちししゃもフライ(2個) [ソース]		こもちししゃも			パンこ こむぎこ	こめあぶら		
	生揚げのうま煮	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ ほししげけ	じゃがいも さとう			25.3
	キャベツと小松菜のごまあえ			こまつな	キャベツ	さとう	ごま		
2火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		554	
	焼きぎょうざ(2個)	ぶたにく とりにく		にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ			
	豚キムチ	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ たまねぎ はくさいキムチ	さとう			21.8
	中華スープ	かまぼこ とうふ		チンゲンサイ ねぎ	はくさい とうもろこし えのきたけ ほししげけ	はるさめ			
3水	みそあんかけめん (ソフトめん・汁) 牛乳	とりにく あぶらあげ まめみそ	飲用牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ えのきたけ	ソフトめん さとう でんぶん		640	
	ごぼう入りつくね(2個)	とりにく			たまねぎ ごぼう しょうが			29.8	
	キャベツとハムのさっぱりいため	ハム			キャベツ とうもろこし		こめあぶら		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		637	
さばの銀紙焼き	さば みそ				さとう				
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 ねぎ	こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう		29.9		
たくあんあえ				キャベツ たくあん		ごま			
5金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		575	
	ちくわの赤じそ揚げ	ちくわ		あかじそ		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		にんじん	こんにやく キャベツ にんにく えのきたけ	じゃがいも	ごま		23.0
	チンゲンサイとわかめの和風サラダ		わかめ	チンゲンサイ	もやし		ドレッシング		
8月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		632	
	キャベツ入りメンチカツ	ぶたにく ぎゅうにく			キャベツ たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら		
	じゃが芋とオクラのみそ汁	とりにく まめみそ こめみそ		にんじん オクラ	こんにやく たまねぎ	じゃがいも			25.4
	刈谷市産大豆と小魚の甘辛煮	刈谷市産だいず	こざかな(いわし)			さとう	こめあぶら		
9火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		646	
	豆腐のオイスターソースいため	ぶたにく とうふ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ たけのこ	さとう でんぶん	ごまあぶら		
	コーンしゅうまい(2個)	たら とうふ			とうもろこし たまねぎ	しゅうまいのかわ			26.8
	はるさめとキャベツのパンバンジーサラダ				キャベツ もやし	はるさめ	ドレッシング		
10水	ミルクロールパン 牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン		601	
	キャベツとじゃが芋の洋風煮	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ しめじ	じゃがいも			
	オムレツ	たまご							28.5
	ひじきサラダ		ひじき	にんじん	きゅうり	さとう	ドレッシング		
刈谷市産ミニトマト			刈谷市産ミニトマト						
12金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		593	
	かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが				
	なすのみそ汁	ぶたにく とうふ あぶらあげ まめみそ		にんじん	こんにやく キャベツ なす				27.6
	かぼちゃの煮物			かぼちゃ		さとう	こめあぶら		
15月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ おおむぎ げんまい きび		703	
	チキンと刈谷市産大豆のカレー	とりにく 刈谷市産だいず		にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく しめじ		こめあぶら カレールー		
	コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも マッシュポテト こむぎこ パンこ	こめあぶら		23.3
	福神あえ				キャベツ ふくじんづけ		ごま		

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 650キロカロリー たんぱく質基準値 26.8グラム

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》



小学校

16 火	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	けんちんしのだ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん				581
	[甘みそ]	あまみそ						22.9
	鶏肉と根菜のとりみ汁	とりこ		にんじん ねぎ	こんにやく だいこん	じゃがいも でんぶん		
しらすとキャベツのにんにくいため		しらすほし こんぶ		キャベツ とうもろこし にんにく		ごまあぶら		
6月17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)								
17 水	芋川うどん (きしめん・汁)	牛乳	飲用牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ ほししいたけ	きしめん さとう でんぶん		634
	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	22.8
	愛知のキャベツ赤じそあえ			あかじそ	キャベツ きゅうり			
18 木	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	塩こうじのチキンカツ	とりこ かまぼこ あぶらあげ	飲用牛乳			パンこ こむぎこ	こめあぶら	569
	◆たっぷり野菜入りスープ	ベーコン		にんじん	だいこん きりぼしだいこん たまねぎ にんにく	さといも	こめあぶら	19.5
	アスパラサラダ			グリーンアスパラガス	キャベツ きゅうり		ドレッシング	
19 金	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	野菜といかのお好みはんぺん	たら いか かつおぶし			キャベツ ねぎ しょうが	こむぎこ さとう でんぶん	こめあぶら	587
	じゃが芋と刈谷市産大豆のそぼろ煮	とりこ 刈谷市産だいず		にんじん さやいんげん	こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう	22.4	
オレンジ				オレンジ				
22 月	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	春巻き	ぶたにく		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら	644
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ まめみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら	25.4
もやしときゅうりのナムル				もやし きゅうり		ごまあぶら		
23 火	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	まぐろとレバーのアーモンドがらめ	まぐろ とりレバー			しょうが	でんぶん こめこ さとう	こめあぶら アーモンド	590
	チンゲンサイと生揚げの豆乳みそ汁	なまあげ とうにゆう まめみそ こめみそ	チンゲンサイ にんじん		キャベツ たまねぎ		25.4	
じゃが芋のカレーいため	ベーコン				じゃがいも	こめあぶら		
24 水	愛知のツイストパン	牛乳	飲用牛乳			あいちのツイストパン		
	ハンバーグのトマトソースかけ	ぶたにく とりこ		トマト	たまねぎ	さとう	こめあぶら	712
	じゃが芋と豆のクリームスープ	ベーコン	ぎゅうにゆう なまクリーム	にんじん	えだまめ たまねぎ	ひよこまめ あおえんどうまめ あかいんげんまめ じゃがいも	ベジチャメルソース	25.7
フルーツの白桃ゼリーあえ				おうとう パイナップル	はくとうゼリー			
25 木	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	いわしの梅煮	いわし			ばいにく		638	
	肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう	25.3	
切り干し大根のごま酢あえ				きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま		
26 金	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	厚焼き卵	たまご					580	
	鶏肉と根菜のみそ煮	とりこ はんぺん なまあげ まめみそ		にんじん こまつな	こんにやく だいこん ぎょう	さとう	24.0	
キャベツのいそ香あえ			のり	キャベツ もやし	さとう			
29 月	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	あじフライの甘酢だれ	あじ		にんじん ねぎ		こむぎこ パンこ さとう	こめあぶら	670
	豚肉と野菜のしょうが煮	ぶたにく ちくわ		にんじん こまつな	こんにやく たまねぎ しょうが	じゃがいも さとう	25.1	
冷凍みかん				みかん				
30 火	ごはん	牛乳	飲用牛乳			こめ		
	肉団子の甘辛煮(2個)	とりこ			たまねぎ		572	
	ニラみそスープ	とりこ あぶらあげ まめみそ こめみそ		にんじん いら チンゲンサイ	ぎょう キャベツ しょうが にんにく	じゃがいも	ごまあぶら	23.0
海そうサラダ		かいそう			きゅうり とうもろこし			

愛知県産の食材 (今月の予定) 主食(こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 じゃがいも こまつな チンゲンサイ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ
なす はくさい とりこ ぶたにく しらすほし あかじそ ふくじんづけ れいとうみかん だいず まめみそ きりぼしだいこん ほししいたけ