



2023年

まゆうしよく こんだて表 6月

清須市学校給食センター



日	曜	献立名	主な材料とその働き						
			体をつくるものとなる		体の調子を整えるものとなる		エネルギーのもととなる		
			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・果物・きのこ	5群 ごはん・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
1	木	ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮 ゆかりあえ 吉野汁	さんま	牛乳	赤じそ	だいこん キャベツ もやし はくさい だいこん ねぎ	ごはん さとう さとう でんぷん		
2	金	ごはん 牛乳 れんこんサンドフライ ごまあえ 白みそ汁	鶏肉	牛乳	こまつな	たまねぎ しいたけ れんこん もやし はくさい たまねぎ ねぎ	ごはん パンこ こむぎこ でんぷん さとう じゃがいも	あぶら ごま	
⑤	月	ソフトめん 牛乳 ミートソース イタリアンサラダ ④りんごヨーグルト(みかんゼリー)	豚肉 ハム	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー 赤ピーマン	たまねぎ マッシュルーム グリンピース キャベツ	ソフトめん さとう		ドレッシング
6	火	わかめごはん 牛乳 たこのからあげ おひたし けんちん汁	たこ	牛乳 わかめ	ほうれんそう	もやし はくさい だいこん ごぼう	ごはん こめこ でんぷん さとう さといも	あぶら	
⑦	水	麦ごはん 牛乳 ④カレーライス(アレルギー対応カレー) カミカミ豆サラダ ④型抜きチーズ(ミニりんごゼリー)	豚肉 大豆 ハム	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ えだまめ とうもろこし きゅうり	麦ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	
8	木	ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き 和風サラダ 沢煮わん	さば みそ 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん みつば	キャベツ きゅうり とうもろこし わらび たけのこ ぶなしめじ なめこ だいこん しいたけ	ごはん さとう さとう	ドレッシング	
9	金	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き ぎんぴらごぼう みそ汁	鶏肉 豚肉 はんぺん 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう だいこん えのきたけ ねぎ	ごはん さとう さとう	ごま ごまあぶら	
12	月	ごはん 牛乳 豚肉のかりんあげ 青菜あえ 呉汁	豚肉 豆腐 大豆 みそ	牛乳	ひしこ きな たいば にんじん	しょうが キャベツ もやし だいこん えのきたけ ねぎ	ごはん でんぷん こむぎこ さとう さとう	あぶら ごま	
⑬	火	④サンドイッチロールパン 牛乳 ウインナー ポイルキャベツ ポテトスープ	ウインナー	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ ぶなしめじ たまねぎ	パン		
14	水	ごはん 牛乳 八宝菜 肉団子 フルーツ杏仁	豚肉 いか えび 鶏肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ	しょうが たまねぎ キャベツ たけのこ もやし たまねぎ パイン 黄桃	ごはん さとう でんぷん さとう パンこ 豆乳ゼリー	あぶら ごまあぶら あぶら	
15	木	ごはん 牛乳 たらしょうゆこうじ焼き ささみとひじきのさつぱりあえ しんじょう汁	たら 鶏ささみ油漬け	牛乳 ひじき	こまつな にんじん	きゅうり とうもろこし だいこん えのきたけ ごぼう	ごはん さとう さとう	ごまあぶら	
16	金	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め うめちりあえ 梅ちり あわせみそ汁	豚肉 しらす	牛乳	さやいんげん 青じそ	しょうが たまねぎ たけのこ キャベツ きゅうり うめ だいこん ねぎ	ごはん さとう でんぷん さとう ごま ごま	あぶら ごま ごま	
19	月	ごはん 牛乳 めひかりのフライ 浅漬け きよすのめぐみ汁	めひかり 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	こまつな	はくさい きゅうり もやし たまねぎ	ごはん パンこ こむぎこ じゃがいも	あぶら	
20	火	ごはん 牛乳 ピピンパ キムチスープ パインゼリー	牛肉 豚肉	牛乳	ほうれんそう にんじん なら	しいたけ ぜんまい にんにく もやし はくさいキムチ はくさい たまねぎ	ごはん さとう パインゼリー	あぶら ごまあぶら ごま	
21	水	冷やしうどん 牛乳 冷やしうどんの具 豚肉と大根の煮物 枝豆	鶏ささみ油漬け 豚肉 厚揚げ	牛乳	ほうれんそう にんじん さやいんげん	きゅうり とうもろこし こんにゃく だいこん えだまめ	うどん さとう		
22	木	ごはん 牛乳 ささみカツ いかときゅうりの酢の物 なめこ汁	鶏肉 いか 豆腐 みそ	牛乳 わかめ	にんじん	きゅうり なめこ だいこん ねぎ	ごはん じゃがいも こめこ さとう さとう	あぶら	
23	金	ごはん 牛乳 ごぼうつくね ツナあえ のっぺい汁	鶏肉 まぐろ油漬け 鶏肉 豆腐	牛乳	ほうれんそう にんじん	たまねぎ ごぼう キャベツ だいこん ねぎ	ごはん さとう さといも でんぷん	あぶら	
⑳	月	ごはん 牛乳 鶏そぼろ丼 昆布あえ ④かきたま汁	鶏肉 かまぼこ 鶏卵	牛乳 塩こんぶ	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり えのきたけ	ごはん さとう でんぷん	あぶら	
27	火	ごはん 牛乳 みそカツ とんかつ おかかあえ すまし汁	みそ 豚肉 かつおぶし かまぼこ 豆腐	牛乳	にんじん こまつな みつば	もやし はくさい えのきたけ	ごはん さとう パンこ でんぷん さとう	あぶら	
⑳	水	ごはん 牛乳 ハヤシライス ④オムレツ(サラダステーキ) 花野菜のサラダ	豚肉 鶏卵 ハム	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ グリンピース カリフラワー とうもろこし	ごはん じゃがいも さとう	あぶら ドレッシング	
29	木	④小型ロールパン 牛乳 焼きそば しゅうまい フルーツポンチ	豚肉 いか ちくわ 豚肉 鶏肉 たら	牛乳 青のり	にんじん	キャベツ しょうが たまねぎ パイン 黄桃	パン 焼きそばめん さとう こむぎこ いちご ブルーベリー 桃 梨	あぶら	
30	金	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 新香あえ どさんこ汁	いわし 豚肉 みそ 豆腐	牛乳	にんじん	うめ キャベツ だいこん漬け とうもろこし ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	ごま	

☆☆☆ 歯と口の健康週間 ☆☆☆

6月4日からの1週間は、「歯と口の健康週間」です。給食では5日(月)～9日(金)に、かみごたえがある食材やカルシウムが豊富な食材を意識した献立にしています。

☆☆☆ 6月19日はあいちを食べる学校給食の日 ☆☆☆

今月の食育の日は、「あいちを食べる学校給食の日」というイベントで、清須市や愛知県内で作られている食材をたくさん使用した献立にしました。詳しくは別刷りのリーフレットでお知らせしますので、楽しみにしてくださいね。

※今月は清須市産のねぎを使用する予定です。19日のじゃがいも、たまねぎ、こまつなも清須市産です。■部分

※献立内容や食材(産地を含む)は、都合により変更する場合があります。

※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。

(特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見ることもできます)

※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)

卵成分を含む献立には、献立表の前に④でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。

乳成分を含む献立には、献立表の前に④でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。

(乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です)