

日	曜	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き					
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	ごはん・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
2	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		ドライカレー	豚肉 大豆		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム		
		ジャーマンポテト	ウインナー		パセリ	とうもろこし	じゃがいも	あぶら
		アセロラゼリー					アセロラゼリー	
3	水	ごはん おかかふりかけ 牛乳	おかかふりかけ	牛乳			ごはん	
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			こむぎこ	あぶら
		しそひじきあえ		ひじき	こまつな	キャベツ もやし しその実	さとう キヌア	あぶら
		ちゃんこ汁	鶏肉 豆腐	にんじん	たまねぎ ぶなしめじ ねぎ しょうが			
4	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		中華飯	豚肉 えび いか		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし はくさい しょうが	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら
		肉だんご	鶏肉			たまねぎ	パンこ さとう	あぶら
		フルーツポンチ				パイন 黄桃	ソーダゼリー いちごゼリー さとう	
⑤	金	【乳】ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン	
		チキンナゲット	鶏肉				こむぎこ パンこ でんぶん	あぶら
		コールスロー				キャベツ きゅうり		ドレッシング
		【乳】土田かぼちゃのクリームシチュー	ウインナー	牛乳	土田かぼちゃ ブロッコリー	たまねぎ		
8	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		鶏そぼろ丼	鶏肉		にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ しいたけ とうもろこし	さとう	あぶら
		浅漬け				もやし きゅうり はくさい		
		白みそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	わかめ		ねぎ	じゃがいも	
9	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		たらのフライレモンソースかけ	たら			レモン	こむぎこ パンこ さとう でんぶん	あぶら
		昆布あえ		塩こんぶ		キャベツ きゅうり		
		すまし汁	かまぼこ 豆腐			えのきたけ はくさい		
⑩	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		【卵】親子丼	鶏肉 鶏卵		みつば	たまねぎ	さとう	
		和風サラダ		わかめ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	ドレッシング
		吉野汁	豆腐 かまぼこ	こまつな	はくさい だいこん	でんぶん		
11	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	さとう	
		ごまあえ			ほうれんそう	もやし はくさい	さとう	ごま
		豚汁	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	にんじん	こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ			
12	金	冷やしうどん 牛乳		牛乳			うどん	
		冷やしうどんの具	かに風味かまぼこ	わかめ	ほうれんそう	きゅうり もやし しいたけ	さとう	
		一食用めんつゆ						
		ささみ大葉梅肉フライ	鶏肉	青じそ	うめ	パンこ こむぎこ	あぶら	
		枝豆			えだまめ			
16	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		かぼちゃコロッケ			かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ さとう	あぶら
		きんぴらごぼう	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま ごまあぶら
		呉汁	大豆 豆腐 みそ			だいこん えのきたけ ねぎ		
⑰	水	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん	
		【乳】カレーライス（乳アレルギー対応カレー）	豚肉	チーズ	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	あぶら
		ビーンズサラダ	ウインナー 大豆			えだまめ きゅうり とうもろこし	ひよこまめ	ドレッシング
		ミニぶどうゼリー					ぶどうゼリー	
18	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		スタミナ丼	豚肉		にんじん ほうれんそう	たまねぎ もやし にんにく	さとう	あぶら ごまあぶら
		梅風味あえ	かつおぶし		赤じそ	だいこん キャベツ きゅうり うめ	さとう	
		わかめスープ	豆腐	わかめ		たけのこ はくさい ねぎ		
19	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		さばの甘みそ焼き	さば みそ				さとう でんぶん	
		かおりあえ			青じそ	キャベツ もやし	さとう	ごま
		とうがん汁	鶏肉 豆腐	にんじん みつば	しいたけ とうがん	でんぶん		
		おはぎ				おはぎ		
②②	月	【乳】小型ロールパン 牛乳		牛乳			パン	
		焼きそば	豚肉 いか ちくわ	青のり	にんじん	キャベツ しょうが	焼きそばめん	あぶら
		しゅうまい	豚肉			たまねぎ	こむぎこ さとう	ごまあぶら
		フルーツ杏仁				パイন 黄桃	豆乳ゼリー	
24	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		豚肉のしょうが炒め	豚肉		さやいんげん	しょうが たまねぎ たけのこ	さとう でんぶん	あぶら
		青菜あえ			にんじん ひろしまな きょうな だいこんぼ	キャベツ もやし	さとう	
		あわせみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	こまつな	だいこん			
25	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		さんまの銀紙焼き	さんま みそ				さとう	
		ゆかりあえ			赤じそ	キャベツ もやし	さとう	
		五目汁	豚肉 豆腐 油揚げ	にんじん	はくさい ねぎ			
②⑥	金	【乳】ロールパン 牛乳		牛乳			パン	
		ハンバーグ	鶏肉			たまねぎ	さとう	あぶら
		イタリアンサラダ			ブロッコリー	キャベツ きゅうり		ドレッシング
		ジュリエンヌスープ	ベーコン	みずな にんじん	たまねぎ たけのこ えのきたけ			
29	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		春巻き	鶏肉		にんじん	たまねぎ キャベツ たけのこ	こむぎこ はるさめ	あぶら ごまあぶら
		切り干しだいこんの中華あえ			にんじん	切り干しだいこん きゅうり	さとう	ごまあぶら
		キムチスープ	豚肉	にら	はくさいキムチ はくさい たまねぎ			
③⑦	火	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん	
		ミートソース	豚肉 大豆		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム グリンピース	さとう	
		【卵】オムレツ（平つくね）	鶏卵				さとう	あぶら
		花野菜のサラダ			ブロッコリー	カリフラワー とうもろこし		ドレッシング

☆☆☆毎月19日は食育の日☆☆☆

今月は、愛知県産の「とうがん」を使って、「とうがん汁」を作ります。とうがんは、漢字で「冬瓜」と書きますが、実は夏が旬の野菜です。夏に収穫をしても、冬まで日持ちすることから、冬瓜という名前になったそうです。



土田かぼちゃのクリームシチュー

土田かぼちゃのクリームシチューは、2021年に新川小学校の3年生が総合的な学習の時間で考えた料理を、給食用にアレンジして誕生しました。土田かぼちゃは、明治時代から清須市の土田地区を中心に栽培されていた日本かぼちゃで、毎年清須市の給食のために、市内の農家さんが作ってくれています。清須の伝統の味を楽しんでくださいね。

※今月は愛知県産のとうがん、みつば、チンゲンサイを使用する予定です。5日の土田かぼちゃは清須市産です。
部分
※献立内容や食材は、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ができます。)
※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、献立名の前に【卵】でお知らせします。代替食がある場合には()内に記載します。
乳成分を含む献立には、献立名の前に【乳】でお知らせします。代替食がある場合には()内に記載します。
(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)