



2026年

きゅ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	主な材料とその動き					
			体をつくるものになる		体の調子を整えるものになる		エネルギーのもとになる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海魚	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・豆類	6群 油脂・糖質
1	月	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め ゆかりあえ 西野菜	豚肉	牛乳	さやいんげん 赤しそ こまつな	しょうが たまねぎ だけのこ キャベツ もやし はくさい だいこん	ごはん せんぱん さとう じゃがいも てんぷん	あぶら
2	火	ごはん 牛乳 まぐろカツ 即席揚げ 真汁	まぐろ 大豆 豆腐 みそ	牛乳 ごんぷ	にんじん	たまねぎ はくさい もやし だいこん えのきだけ ねぎ ごぼう	ごはん こむぎごパンご さとう	あぶら
3	水	ごはん 牛乳 ハヤシライス コーンサラダ いちごの豆乳ムース	豚肉 ウインナー	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース とうもろこし きゅうり	ごはん じゃがいも	ドレッシング
4	木	ごはん 牛乳 さばの鰯節焼き きんぴらごぼう ハヤ汁	さば みそ 豚肉 はんぺん 豆腐 油揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう はくさい だいこん 干ししいたけ えのきだけ ねぎ	ごはん さとう さとう	ごま ごまあぶら
5	金	卵ミルクロールパン 牛乳 鶏肉のハーブ焼き ビーンズサラダ トマトとたまねぎのスープ	鶏肉 大豆 ウインナー	牛乳		えだまめ きゅうり とうもろこし たまねぎ	パン さとう ひよこまめ 米粉マカロニ さとう	ドレッシング
8	月	ごはん 牛乳 鶏そぼろ丼 昆布あえ けんちん汁 乾焼小魚	鶏肉 豆腐 油揚げ	牛乳 塩ごんぷ	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ ししいたけ とうもろこし しょうが キャベツ きゅうり だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さとう	あぶら ごまあぶら
9	火	ごはん 牛乳 たこのからあげ おががあえ 五目みそ汁	たこ かつお節 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん	もやし はくさい たまねぎ	ごはん せんぱん さとう じゃがいも	あぶら
10	水	卵小型ロールパン 牛乳 焼きそば 肉だんご 卵りんごヨーグルト(ぶどうゼリー)	豚肉 いか ちくわ 鶏肉	牛乳 青のり ヨーグルト	にんじん にんじん	キャベツ しょうが ごぼう たまねぎ キャベツ ねぎ	パン 焼きそばめん パン粉 さとう	あぶら ごまあぶら あぶら
11	木	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 新巻あえ 豚汁	いわし 豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳		うめ キャベツ だいこん漬 こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ	ごはん さとう	
12	金	ごはん 牛乳 豚肉のかりん揚げ しそひきあえ ずまし汁	豚肉 かまぼこ 豆腐	牛乳 ひしき	こまつな にんじん あつぼ	しょうが キャベツ もやし えのきだけ	ごはん せんぱん 米粉 さとう さとう	あぶら
15	月	ごはん 牛乳 豆腐の肉そあえ色み ツツあえ 沢庵わん	豆腐 鶏肉 豚肉 大根 みそ まぐろ油揚げ 豚肉	牛乳 めかぶ	にんじん ほうれんそう にんじん あつぼ	たまねぎ キャベツ からび ぶなしめじ めかぶ だいこん しいたけ	ごはん さとう さとう	あぶら
16	火	ごはん 牛乳 チキンライスの具 卵オムレツ(サラダステーキ) コンソメスープ	鶏肉 鶏卵 ベーコン	牛乳	トマト にんじん フロッグリー	たまねぎ マッシュルーム グリンピース たまねぎ	ごはん さとう 米粉マカロニ	あぶら
17	水	中華めん 牛乳 野菜たっぷり塩ラーメン 揚げきょうざ フルーツゼリーあえ	豚肉 いか 豚肉	牛乳	にんじん にら	キャベツ もやし たまねぎ ねぎ メンマ とうもろこし キャベツ たまねぎ パイナップル 黄桃	ごはん さとう さとう	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら
18	木	ごはん 牛乳 ごぼうつくね ひじきの炒め煮 きつね汁	鶏肉 まぐろ油揚げ 油揚げ 豆腐 かまぼこ	牛乳 ひしき	にんじん にんじん さやいんげん	ごぼう たまねぎ れんこん ねぎ とうもろこし だいこん はくさい ねぎ	ごはん パンご さとう さとう	あぶら
19	金	ごはん 牛乳 めひかりフライ 鶏肉とみつばの和風サラダ あいちのめくみ汁	めひかり 鶏ささみ油揚げ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	あつぼ にんじん こまつな	キャベツ もやし とうもろこし たまねぎ	ごはん こむぎごパンご さとう	あぶら ドレッシング
22	月	ごはん 牛乳 ピピンパ 肉団子スープ オレシツ	豚肉 鶏団子	牛乳	ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	ぜんまい ししいたけ にんにく もやし たまねぎ とうもろこし はくさい オレシツ	ごはん さとう	ごまあぶら あぶら
23	火	卵サンドイッチパンズパン 牛乳 ハンバーグ ポイルキャベツ ポトフ	豚肉 ウインナー	牛乳	にんじん フロッグリー	たまねぎ キャベツ たまねぎ はくさい	パン さとう	あぶら
24	水	ごはん 牛乳 さけそぼろ丼 こまあえ 白みそ汁	さけ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう こまつな	たまねぎ とうもろこし えだまめ もやし はくさい ねぎ 切り干しだいこん ししいたけ	ごはん さとう さとう じゃがいも	あぶら ごま
25	木	裏ごはん 牛乳 カレーライス(卵アレルギー対応カレー) イタリアンサラダ 卵型焼きチーズ(ミニゼリー)	豚肉 ハム	牛乳 チーズ	にんじん フロッグリー	たまねぎ キャベツ きゅうり	裏ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング
26	金	ごはん 牛乳 カマスの竜田揚げ 梅風味あえ ちゃんこ汁	カマス かつお節 鶏肉 豆腐	牛乳	赤しそ にんじん	だいこん キャベツ きゅうり うめ たまねぎ えのきだけ ねぎ しょうが	ごはん せんぱん さとう	あぶら
29	月	ごはん 牛乳 善喜さ 切干大根の中華あえ キムチスープ	鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん にんじん にら	だけのこ たまねぎ キャベツ 切り干しだいこん きゅうり はくさいキムチ はくさい たまねぎ	ごはん こむぎご はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら
30	火	冷やしうどん 牛乳 冷やしうどんの具 一食めんつゆ 豚肉と大根の煮物 枝豆	鶏ささみ油揚げ 豚肉 厚揚げ	牛乳 わかめ	ほうれんそう	きゅうり とうもろこし もやし ごんぱく だいこん えだまめ	うどん さとう	

☆☆6月4日～10日は歯と口の健康週間☆☆

4日～10日の給食では、かみこたえのある食材や、丈夫な歯をつくるものになる「カルシウム」を多く含んだ食材をたくさん使いました。よくかむことは、食べ物本来の味がわかっておいしく感じられるだけでなく、虫歯や肥満を防止することにつながるなど、健康づくりの第一歩です。この期間の給食は、いつも以上に「よくかむこと」を意識して食べてみましょう。

☆☆6月19日は愛知を食べる学校給食の日☆☆

今月の食育の日は、「愛知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なりました。詳しくはリーフレットをtetoruで配信しますので、楽しみにしてくださいね。

※今月は愛知県産のきゅうり、みつば、チンゲンサイを使用する予定です。19日のみそは清須産、めひかり、キャベツ、たまねぎ、こまつなは愛知県産です。一部は愛知産です。
 ※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)
 ※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)