



令和6年 6月 こんだてひょう



犬山市立今井小学校

日	曜	こんだてめい 献立名	主 材 料 と そ の 働 き					
			あか 赤 からだ つく 体を作る		みどり 緑 からだ ちやうし 体の調子を整える		き 黄 からだ うご 体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			さかな にく たまご だいず だいず せいゆん 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	ちゅうにゅう ちゅうにゅうせいひん ちゅうにゅう かいじょう 牛乳・乳製品・小魚・海藻	りよくおうしょく やさい 緑黄色野菜	た やさい くだもの その他の野菜・果物・きのこ	こめ パン めん いも 砂糖 米・パン・めん・いも・砂糖	ゆし しゅじつ 油脂・揮発
3	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	しらたき たまねぎ しょうが きくらげ	さとう	ごまあぶら ごま
		こんにやくチャブチェ	とうふ とりにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ	でんぶん	
		とうふのスープ		かんそうこざかな			ゼリー	
		ミニフィッシュ						
4	火	ごはん ぎゅうにゅう	たこ	ぎゅうにゅう			こめ	
		たこのからあげ					こめこ でんぶん	あぶら
		かみかみあえ			こまつな	きりぼしだいこん きゅうり コーン	さとう	ごま ごまあぶら
		とりだんごじる	とりだんご ミックスみそ	わかめ	にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ		
5	水	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぶたにく ぎゅうにく ぶたレバー	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ	こめ むぎ	
		タコライス	ベーコン	カルシウムを どうろう!	にんじん パセリ	たまねぎ コーン キャベツ	アルファベットパスタ	あぶら
		パスタときゃべつのスープ		チーズ				
		かたぬきチーズ						
6	木	おにぎり(たくあんあえ・のり) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう のり	チンゲンサイ	だいこんづけ	むぎ こめ	ごま
		さんまのにつけ	さんま				さとう	
		しんじゃがのうまに	とりにく ちくわ		にんじん いんげん	たけのこ たまねぎ こんにやく	じゃがいも かくふ さとう	あぶら
			ぶたにく ぶたレバー ちくわ あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ほししいたけ グリンピース	うどん さとう でんぶん	あぶら
7	金	にくみそうどん(しらたまうどん) ぎゅうにゅう	ツナ		にんじん こまつな	ごぼう		ごまドレッシング
		ごぼうのかみかみサラダ	たまご	ぎゅうにゅう			ホットケーキミックス さとう	あぶら
		わこうちゃのむしケーキ		ぎゅうにゅう				
				ぎゅうにゅう			こめ	
10	月	ごはん ぎゅうにゅう	いわし		こまつな	きりぼしだいこん	さとう	ごま
		いわしのうめに			ねぎ にんじん	しめじ えのきたけ たけのこ	ゼリー	
		きりぼしだいこんのごまあえ	とりにく とうふ あぶらあげ かまぼこ					
		きのこじる						
11	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎ こめ	
		ぶたキムチいため	ぶたにく こうやどうふ		にんじん にら	はくさいキムチ キャベツ たまねぎ もやし しょうが		ごまあぶら
		はるさめスープ	とりにく		にんじん チンゲンサイ	ほししいたけ しょうが	はるさめ	
		オレンジ				オレンジ		
12	水	ロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
		とりにくのトマトソース	とりにく		トマト パセリ	たまねぎ にんにく	さとう	あぶら
		コーンポタージュ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	コーン クリームコーン たまねぎ	じゃがいも こむぎこ	バター あぶら
		コーヒーぎゅうにゅうのもと					コーヒーぎゅうにゅうのもと	
13	木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		あじのしおやき	あじ					
		キャベツのおかかあえ	かつおぶし		にんじん	キャベツ きゅうり		
		とんじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ あかみそ	にんじん ねぎ	だいこん ごぼう こんにやく	じゃがいも		
14	金	ぎゅうごぼうめし ぎゅうにゅう	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん	ごぼう こんにやく	こめ さとう	あぶら
		わふうコロッケ				れんこん	じゃがいも	あぶら
		ほうれんそうのごまあえ	あじ		ほうれんそう にんじん			ごま
		わかめじる	とうふ かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	もやし		
17	月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎ こめ	
		しゅうまい	ぶたにく			たまねぎ	でんぶん	
		マーボーどうふ	ぶたにく ぶたレバー とうふ あかみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく	でんぶん さとう	あぶら ごまあぶら
		もやしのナムル			にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごまあぶら ごま
18	火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とりにくとじゃがいものあげに	とりにく				じゃがいも さとう でんぶん	
		ふだまじる	とうふ かまぼこ		ねぎ にんじん	えのきたけ	まるふ	
		べにあまなつ				べにあまなつ		
19	水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		めひかりフライ	めひかり				パンこ	あぶら
		やさしいいぬやまちゃあえ		こんぶ	にんじん てんちゃ	キャベツ きゅうり		
		あいちのめぐみじる	とりにく うすらたまご はっちょうみそ	チンゲンサイ にんじん みつば	ごぼう なす こんにやく			
20	木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎ こめ	
		ハヤシライス	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	じゃがいも	あぶら
		ひじきのマリネ	ハム	ひじき		キャベツ きゅうり	さとう	あぶら
		フローズンヨーグルト		ヨーグルト				
21	金	きしめんじる(きしめん) ぎゅうにゅう	とりにく かまぼこ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	はくさい ほししいたけ	きしめん	
		あいちのかきあげ	えび		にんじん おおば	ごぼう たまねぎ キャベツ	こむぎこ	あぶら
		がまごおりみかんゼリー					ゼリー	
				ぎゅうにゅう			こめ	
22	土	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく			たまねぎ しょうが	さとう でんぶん	あぶら
		いんげんのごまあえ			いんげん にんじん		さとう	ごま
		とうにゅうみそしる	あぶらあげ とうにゅう ミックスみそ	にんじん ねぎ	だいこん えのきたけ こんにやく	じゃがいも		
				ぎゅうにゅう			こめ	
25	火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		けんちんしのだのにも	だいず さかなすりみ			しょうが	さとう	
		ひじきのごもくに	ツナ はんぺん	ひじき	にんじん いんげん	こんにやく	さとう	
		かぼちゃいりみそしる	ミックスみそ		かぼちゃ にんじん ねぎ	えのきたけ たまねぎ		
26	水	ふりかけ	かつおぶし					ごま
		あいちのこめこパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめこパン	
		にこみハンバーグ	ぎゅうにく ぶたにく			たまねぎ	さとう	
		えだまめサラダ	ハム			えだまめ キャベツ きゅうり	さとう	あぶら
27	木	やさいスープ	とりにく		にんじん パセリ	たまねぎ コーン	じゃがいも	
		キムたくチャーハン ぎゅうにゅう	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさいキムチ だいこんづけ たまねぎ ほししいたけ	こめ むぎ	あぶら ごまあぶら
		はるまき	ぶたにく			キャベツ もやし	あぶら	
		きゅうりのちゅうかあえ		かんてん		きゅうり きりぼしだいこん	さとう	ごま ごまあぶら
28	金	ちゅうかふうスープ	やきぶた		にんじん チンゲンサイ ねぎ	コーン たけのこ はくさい もやし		
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		かつおとだいずのみそがらめ	かつお だいず あつあげ あかみそ				でんぶん さとう	あぶら
		ゆかりあえ			にんじん しそ	キャベツ きゅうり		
		けんちんじる	とりにく とうふ		にんじん ねぎ	ごぼう こんにやく だいこん	じゃがいも	

給食回数 20回

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
- ・汁物のだしには、煮干しやわらうあじ、昆布などを使用しています。
- ・材料等の都合により献立の変更がある場合があります。ご了承ください。

毎月19日は「食育の日」です。

今月19日は愛知県でとれる食材を味わう「愛知を食べる学校給食の日」です。

~~~~~

犬山市では、毎月食育の日に教科と関連した献立を紹介しています。

6月は、5年家庭科「ゆでる調理でおいしさ発見」より、さまざまな調理法を紹介します。

★ごはんを「炊く」 ★いんげんのごま和え(22日)・・・「ゆでる」→「和える」

#### 【給食の欠食について】

- 病氣やけが等による長期（連続4日以上）の欠席または出席停止が見込まれる場合、保護者からの欠食の申し出をもって欠食を行うことができます。希望される場合は、申し出をお願いします。
- 欠食は、申し出日から6日目（土・日・祝日を含む）より対応可能です。

