

令和7年6月 こんだてひょう

犬山市立犬山北小学校

日	曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			からだをつくる		からだの調子を整える		体を動かすエネルギーになる	
			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 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
2	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくとじゃがいものあげに こまつなとツナのあえもの ごじる	とりにく ツナ ぶたにく とうふ ミックスみそ とうにゅう	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ こんにゃく しょうが	こめ じゃがいも でんぷん さとう	あぶら ごま
3	火	むぎごはん ぎゅうにゅう さわらのてりやき ぶたにくとあつあげのもの キャベツのおかかあえ	さわら ぶたにく あつあげ はんぺん かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん にんじん	たまねぎ こんにゃく キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう でんぷん	じゃがいも さとう あぶら
4	水	あいちのこめこパン ぎゅうにゅう とりにくのマーマレードやき チーズいりコールスロー チリピーズ	とりにく だいたす ぶたにく	ぎゅうにゅう	チーズ にんじん	マーマレード しょうが コーン きゅうり キャベツ たまねぎ グリンピース	パン でんぷん	さとう じゃがいも あぶら
5	木	ごはん ぎゅうにゅう けんちんしのだのにも くきわかめのごますあえ しんたまねぎのみそしる ミニフィッシュ	けんちんしのだ とうふ あぶらあげ ミックスみそ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん にんじん	しょうが キャベツ きりほしだいこん たまねぎ えのきたけ	こめ さとう	ごま ごまあぶら
6	金	むぎごはん ぎゅうにゅう たこのからあげ こうやどうふのたまごとじ きゅうりとじゃこのすのもの	たこ とりにく たまご こうやどうふ ちくわ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	たまねぎ きゅうり キャベツ きりほしだいこん	こめ むぎ さとう	あぶら あぶら
9	月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチいため とうふしゅうまい かんでんいりちゅうかスープ	ぶたにく あつあげ こうやどうふ とうふしゅうまい	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ はくさいキムチ きくらげ ほししいたけ しょうが	こめ さとう	あぶら
10	火	ごこくごはん ぎゅうにゅう レンズまめのキーマカレー ごぼうサラダ	ぶたにく だいたす レンズまめ	ぎゅうにゅう	にんじん トマト にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく しょうが ごぼう きゅうり キャベツ	こめ ごこく	あぶら ごまドレッシング
11	水	こがたロールパン やきフランクフルト パンネアラビアータ えだまめサラダ オレンジ	フランクフルト ぎゅうにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト トマトピューレ	たまねぎ マッシュルーム グリンピース にんにく えだまめ コーン キャベツ きゅうり オレンジ	パン パンネ	オリーブあぶら あぶら
12	木	ごはん ぎゅうにゅう いわしのうめに はりはりづけ けんちんじる	いわしのうめに とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ねぎ	きりほしだいこん きゅうり もやし ごぼう だいこん こんにゃく	こめ さとう	
13	金	しょうがとぶたばらのまぜごはん ぎゅうにゅう しろみざかなフリッター ほうれんそうのなめだけあえ わかめじる	ぶたにく しろみざかなフリッター かまぼこ とうふ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん にんじん ねぎ	ごぼう しょうが もやし えのきたけ	アルファーカーマイ あぶら	あぶら ごま
16	月	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのみそがけ やさいのうめおかかあえ アカモクつみれじる	あつあげ とりにく だいたすミート あかみそ かつおぶし けんさんれんこんアカモクつみれ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん こまつな ねぎ	もやし キャベツ きゅうり うめ ごぼう ほししいたけ こんにゃく	こめ さとう	あぶら
17	火	たかなチャーハン ぎゅうにゅう はるまき きりほしだいこんバンバンジー とうふとあおなのスープ	ぶたにく はるまき とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	たかなづけ ねぎ チンゲンサイ にんじん ねぎ	たまねぎ きゅうり きりほしだいこん えのきたけ たけのこ	アルファーカーマイ あぶら	あぶら ごま あぶら ごまあぶら
18	水	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがやき いんげんのごまあえ しんじゃがいりスタミナじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ あかみそ	ぎゅうにゅう	いんげん にんじん にんじん ねぎ	たまねぎ きりほしだいこん しょうが だいこん にんにく	こめ むぎ さとう でんぷん	あぶら ごま
19	木	ごはん ぎゅうにゅう めひかりフライ やさいのあいちあかしそあえ あいちのめぐみすましじる がまごおりみかんゼリー	めひかりフライ とりにく うすらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん あかしそ チンゲンサイ にんじん みつば	キャベツ きゅうり だいこん ごぼう こんにゃく	こめ がまごおりみかんゼリー	あぶら
23	月	むぎごはん ぎゅうにゅう ハンバーグのわらうソースがけ しそひじきあえ しんじゃがのそぼろに	ハンバーグ とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	えのきたけ キャベツ きゅうり たまねぎ こんにゃく グリンピース	こめ むぎ さとう でんぷん	あぶら
24	火	ごはん ぎゅうにゅう あげさばのおろしがけ やさいのごまあえ とうがんじる	さば とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ねぎ	だいこん キャベツ もやし とうがん ほししいたけ しょうが	こめ でんぷん さとう	あぶら ごま
25	水	ごはん ぎゅうにゅう キャベツいりメンチカツ ごぼうとこんにゃくのおかか チンゲンサイいりみそしる	キャベツいりメンチカツ あつあげ かつおぶし とうふ ミックスみそ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ にんじん	こんにゃく ごぼう たまねぎ	こめ さとう	あぶら あぶら
26	木	むぎごはん ぎゅうにゅう こんにゃくチャプチェ トックスープ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にんじん ねぎ	たまねぎ しらたき きくらげ しょうが だいこん もやし ほししいたけ	こめ むぎ さとう	あぶら ごまあぶら
27	金	ちゅうかめん ぎゅうにゅう しょうゆラーメンのしる まぐろとだいたすのあまがらめ ほうじちゃとおからのむしケーキ	ぶたにく まぐろ だいたす おから とうにゅう	ぎゅうにゅう	わかめ にんじん ねぎ	コーン もやし キャベツ	ちゅうかめん じゃがいも でんぷん さとう	ごまあぶら あぶら
30	月	むぎごはん ぎゅうにゅう あじのいそふうみマヨコーンやき ひじきのそぼろいため キャベツのみそしる アセロラゼリー	あじ おから とりにく あぶらあげ とうふ ミックスみそ	ぎゅうにゅう	あおりの にんじん こまつな にんじん ねぎ	コーン ごぼう こんにゃく キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ むぎ さとう	マヨネーズ あぶら

歯と口の健康週間

愛知・犬山をあじわおう

大阪・関西万博献立(韓国)

- ・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、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
- ・毎月19日は「食育の日」として、愛知県や犬山市の食材を使った献立が登場します。今月は19日に、愛知県の食材を使用した料理を紹介します。
- ※ 献立内容は都合により変更することがあります。

○給食欠食の取扱いについて
 連続して4日以上欠食又は出席停止が見込まれる場合、保護者から欠食の申し出があれば、申し出日から起算して6日目(土日祝含む)より対応可能です。
 復食日が決まっている場合は併せてお伝え下さい。予定より早く登校可能となった際は、弁当の持参をお願いする場合がありますのでご了承をお願いします。