

6月 中学校給食献立表



目標
よくかんで食べよう

大府市立大府南中学校

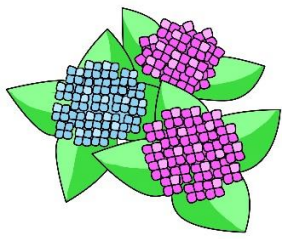
日	曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	月	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		740
		ウインナーのトマトソースかけ(2本)	ウインナー		ピーマン トマト	玉ねぎ	砂糖 でんぷん		
		野菜のカレースープ	鶏肉		にんじん こまつな	キャベツ 玉ねぎ しめじ	じゃがいも		30.6
2	火	白飯 牛乳		牛乳			米		739
		豚のしょうが焼き	豚肉			玉ねぎ しょうが	砂糖	米油	
		けんちん汁	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん ねぎ 干しいたけ			
		乾燥小魚		かたくちいわし			砂糖		36.5
3	水	白飯 牛乳		牛乳			米		772
		豆腐ハンバーグおろしソースかけ	豆腐 鶏肉			玉ねぎ だいこん	米粉パン粉 砂糖 でんぷん じゃがいも	大豆油	
		野菜のそぼろ煮	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	ごぼう たけのこ 干しいたけ	じゃがいも 砂糖		33.7
4	木	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん		755
		しょうゆラーメンスープ	豚肉 なんと		にんじん にら	キャベツ もやし たけのこ コーン		ごま油	
		しゅうまい(3個)	たらすり身 豚肉 鶏肉			玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん	ごま油	
		一口チーズ(2個)		チーズ					36.7
5	金	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		813
		カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
		ごぼうサラダ (卓上野菜ドレッシング)	ツナ			ごぼう キャベツ 枝豆 コーン		ドレッシング	
		蒲郡みかんゼリー				みかん	砂糖		26.3
8	月	白飯 牛乳		牛乳			米		826
		たこと大豆の甘辛	たこ 大豆			枝豆	砂糖 でんぷん 米粉	米油	
		豚汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	ごぼう しめじ だいこん ねぎ	じゃがいも		
		もものタルト	豆乳			もも	砂糖 米粉 でんぷん	植物油	32.9
9	火	白飯 牛乳		牛乳			米		797
		白身魚フリッター(3個)	たら オキアミ				小麦粉 でんぷん	大豆油	
		生揚げの中華煮	生揚げ 鶏肉 えび		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが	砂糖 でんぷん		35.3
10	水	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		755
		きびなごのカリカリフライ(4尾)		きびなご			じゃがいも でんぷん 米粉パン粉	植物油 米油	
		にら玉汁	鶏肉 豆腐 卵 かまぼこ		にんじん にら	玉ねぎ えのきたけ	でんぷん		31.0
11	木	ロールパン 牛乳		牛乳			パン		832
		野菜のスープ煮	フランクフルト		にんじん	玉ねぎ キャベツ 枝豆	じゃがいも		
		ナタデココボンチ				パイン缶 黄桃缶 ナタデココ	砂糖		26.1
12	金	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		802
		鶏肉の香味焼き	鶏肉			しょうが にんにく	砂糖		
		玉ふ汁	豆腐 油揚げ かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	だいこん はくさい えのきたけ ねぎ	ふ		
		豆乳デザート	豆乳				砂糖	油	33.7
15	月	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		800
		揚げぎょうざ(3個)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん	米油	
		ビーフン汁	鶏肉		にら にんじん ねぎ	もやし 玉ねぎ たけのこ ねぎ	ビーフン		
		ヨーグルト		ヨーグルト					25.9
16	火	白飯 牛乳		牛乳			米		770
		けんちん信田のごまだれかけ	豆腐 油揚げ たらすり身	ひじき	にんじん		砂糖 でんぷん	ごま 植物油	
		えび団子汁	えび団子 豚肉		にんじん こまつな	ごぼう たけのこ だいこん えのきたけ 枝豆			30.3
17	水	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		800
		さばの銀紙焼き	さば みそ				砂糖 米粉		
		じゃがいものうま煮	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	しょうが 玉ねぎ	じゃがいも 砂糖		35.6

みどり学級の
玉ねぎ使用

みどり学級の
玉ねぎ使用

裏へ続きます

6月 中学校給食献立表



目標
よくかんで食べよう

大府市立大府南中学校

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
18 木	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん		802
	五目汁 	豚肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ ねぎ			
	キャベツ入りメンチカツ	牛肉 豚肉			キャベツ 玉ねぎ	でんぷん パン粉	米油	
	蒲郡みかんの米粉のカップケーキ	豆乳			みかん	米粉 砂糖	植物油	33.4
19 金	白飯 牛乳		牛乳			米		743
	鯖のしょうゆ麹焼き	さわら						
	呉汁	豆乳 大豆 豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	だいこん ねぎ しめじ			
	ももゼリー				もも	砂糖		35.0
22 月	白飯 牛乳		牛乳			米		762
	ごぼう入りつくね(3個)	鶏肉 大豆 豚肉			玉ねぎ ごぼう	でんぷん 砂糖		
	玉ねぎのみそ汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ	じゃがいも		
	乾燥小魚		かたくちいわし			砂糖		33.6
23 火	白飯 牛乳		牛乳			米		754
	愛知の野菜春巻き	鶏肉		にんじん	れんこん キャベツ	砂糖 でんぷん 小麦粉	植物油 米油	
	ピリ辛汁	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん こまつな	玉ねぎ えのきたけ キムチ漬け			23.4
24 水	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		743
	ハンバーグの和風あんかけ	牛肉 鶏肉 豚肉			えのきたけ 玉ねぎ	パン粉 砂糖 でんぷん		
	とうがん汁	鶏肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん ねぎ こまつな	とうがん 干しいたけ ねぎ			31.7
25 木	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		791
	ラタトゥイユ	豚肉 ベーコン		トマト ピーマン にんじん	玉ねぎ ズッキーニ なす にんにく		オリーブ油	
	チキンとアスパラガスのサラダ (卓上イタリアンドレッシング)	ささみ		アスパラガス	キャベツ 枝豆 コーン		ドレッシング	
	発酵乳		発酵乳					33.4
26 金	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		803
	いわしの梅煮	いわし		赤しそ	梅肉	でんぷん 砂糖		
	親子煮	鶏肉 かまぼこ 卵		にんじん ねぎ	玉ねぎ 切干し大根 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん		37.1
29 月	白飯 牛乳		牛乳			米		782
	あじフライのレモンソースかけ	あじ			レモン果汁	パン粉 小麦粉 砂糖	米油	
	豆腐と湯葉のすまし汁	湯葉 豆腐		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ			31.2
30 火	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		795
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	しょうが 玉ねぎ ねぎ	砂糖 でんぷん	ごま油	
	ひじきと春雨のごま酢和え	ささみ	ひじき	こまつな	コーン	はるさめ 砂糖	ごま油 ごま	
	冷凍みかん				みかん			32.2

【今月の愛知県産の野菜・くだもの】

キャベツ・アスパラガス・ごぼう・こまつな・
ズッキーニ・だいこん・切干し大根・玉ねぎ・とうがん・
チンゲンサイ・トマト・なす・にんじん・ねぎ・
はくさい・ピーマン・みかん



おぶちゃんマーク
愛知県の郷土料理・
地場産物 使用日
18日(木) きしめん
(愛知県の郷土料理)



【お知らせ】
6／11(木)、6／17(水)
みどり学級の生徒が
育てた玉ねぎが
給食に登場します！

平均値	781
	32.0
基準値	810
	33.0

＜愛知を食べる学校給食の日＞

18日(木)は「愛知を食べる学校給食の日」として、
きしめん、愛知県産のキャベツが入ったメンチカツ、
みかんの入ったデザートなど、地域や愛知県内で
とれる食材をたくさん使用した給食が登場します。

「愛知」を味わい、
おいしく食べてください。



保護者の皆様へ【新型コロナウイルス感染防止の対応について】

給食時間において、生徒及び教職員は全員マスクを着用し、手洗いの徹底を図ります。また、配膳過程での感染防止のため、配膳のしやすさを優先した献立にしております。ご理解とご協力をお願い致します。

大府市のホームページで【学校給食でお勧めレシピ】
として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲
載しています。
是非、ご覧いただき、家庭でもお試しください。



・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。 ・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。