

6月 小学校給食献立表



目標

よくかんで食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		体を動かすエネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
1 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		608
	さばのぎんがみやき	さば みそ				砂糖 米粉		
	うのはないりに	おから ちくわ		にんじん	コーン 枝豆	砂糖	米油 ごま油	
	さわにわん	豚肉 豆腐		にんじん	だいこん ねぎ 干しいたけ ごぼう	でんぷん		29.3
2 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		674
	けんちんしのだのごまだれかけ	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 油	
	じゃがいものうまい	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
	やさいのツナあえ	ツナ		こまつな	キャベツ もやし	砂糖		27.6
3 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		578
	そうだかつのおおかに	そうだかつお				砂糖 でんぷん		
	きゅうりとわかめのすのもの		わかめ		きゅうり コーン	砂糖		
	ぶたじる	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ			29.2
4 金	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン		679
	ウインナーのケチャップソースかけ(2ほん)	ウインナー				砂糖 でんぷん		
	キャベツソテー				キャベツ		米油	
	チキンとやさいのスープに	鶏肉		にんじん さやえんどう	玉ねぎ コーン	じゃがいも		26.4
7 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		626
	めひかりフライ(2こ)	めひかり				パン粉 小麦粉	米油	
	ちくぜんに	鶏肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	たけのこ ごぼう こんにゃく 干しいたけ	砂糖	米油	
	こまつなときりほしだいこんのごまあえ	ツナ		こまつな	切り干し大根	砂糖	ごま油 ごま	28.8
8 火	げんまいごはん 牛乳		牛乳			玄米 米		649
	ハンバーグのしおろしソース	牛肉 豚肉 鶏肉		青しそ	だいこん 玉ねぎ	砂糖 でんぷん パン粉		
	ひじきのいために	はんぺん	ひじき	にんじん	枝豆	砂糖	米油	
	にらたまじる	鶏肉 卵		にら にんじん	玉ねぎ もやし 干しいたけ	でんぷん		29.1
9 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		582
	あゆのかんろに	あゆ				砂糖		
	ごもきんぴら	ささみ		にんじん さやいんげん	ごぼう たけのこ こんにゃく	砂糖	ごま油	
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん こまつな	だいこん ねぎ			26.1
10 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		617
	たこだいずのあまから	たこ 大豆				米粉 でんぷん 砂糖	米油	
	ぶたにくとだいこんのにももの	豚肉 はんぺん		にんじん	だいこん こんにゃく 枝豆	砂糖		
	オレンジ				オレンジ			28.4
11 金	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		596
	ちゃんぽんめんスープ	豚肉 いか なんと		にんじん	はくさい キャベツ もやし ねぎ たけのこ しょうが 干しいたけ			
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 たら			玉ねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉		
	チンゲンサイのいたためもの	ちくわ		チンゲンサイ	エリンギ		ごま油	28.6
14 月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		680
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
	チキンカツ	ささみ				パン粉 小麦粉 でんぷん	米油	
	アスパラガスのサラダ (やさしいっぱいドレッシング)			アスパラガス	枝豆 コーン キャベツ		ドレッシング	25.2
15 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		587
	さばのしおこうじやき	さば						
	オクラのごまあえ			オクラ		砂糖	ごま	
	けんちんじる	鶏肉 豆腐		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ こんにゃく			25.0
16 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		592
	ビビンバ(にくたまごそぼろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	(やさいナムル)			ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま油	
	(たれ)	みそ			しょうが	砂糖	ごま油	
	ビーフンスープ	鶏肉	わかめ	にんじん にら	玉ねぎ はくさい ねぎ 干しいたけ	ビーフン		25.9
	ももゼリー					ももゼリー		

うらへつづきます

【お知らせ】9日(水)に、あゆの甘露煮、25日(金)に、抹茶を使用します。これは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により影響を受けた水産業・農業を支援するため、学校給食へ無償提供されたものです。

6月 小学校給食献立表



目標

よくかんで食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		体を動かすエネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
17 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		647
	あじのいそべあげ(2こ)	あじ オキアミ				小麦粉 でんぷん	米油 大豆油	
	なまあげのうまに	鶏肉 生揚げ		にんじん	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが	砂糖 でんぷん		
	キャベツのゆかりあえ			赤しそ	キャベツ			
18 金	牛乳		牛乳					601
	きなこあげパン	きな粉				パン 砂糖	米油	
	ポークビーンズ	豚肉 大豆		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖		
	ごぼうサラダ (イタリアンドレッシング)	ささみ		にんじん	ごぼう キャベツ コーン		ドレッシング	
21 月	【あいちをたべるがっこうきょうしゅのひ】 ごはん 牛乳		牛乳			米		603
	ぶたのしょうがやき	豚肉			玉ねぎ しょうが	砂糖		
	かりもりのあえもの	ツナ		こまつな	かりもり コーン	砂糖		
	あいちやさいのみそしる	油揚げ 豆腐 みそ		にんじん	キャベツ なす ねぎ	じゃがいも		
22 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		565
	いわしのうめに	いわし		赤しそ	梅肉	砂糖 でんぷん		
	きりぼしだいこんのもの	豚肉		にんじん さやいんげん	切り干し大根	砂糖	米油	
	たまふじる	豆腐 かまぼこ		にんじん	はくさい だいこん えのきたけ ねぎ	ふ		
23 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		667
	やきぎょうざ(2こ)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん		
	マーボーどうふ	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん		
	はるさめとえだまめのごまずあえ	ツナ		にんじん	枝豆 キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま油 ごま	
24 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		674
	ハヤシライス	豚肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	豆乳マーガリン	
	とりにくのハーブやき	鶏肉						
	かいそうサラダ (ごみしおドレッシング)	ハム	ひじき 昆布 くわかくめ	にんじん	きゅうり 枝豆 コーン		ドレッシング	
25 金	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん		598
	ごもくじる	鶏肉 油揚げ かまぼこ		にんじん	しめじ はくさい ねぎ	でんぷん		
	ぶたにくとアスパラのいためもの	豚肉		アスパラガス にんじん	たけのこ	砂糖	ごま油	
	まっちゃむしパン	豆乳				小麦粉 砂糖	米油	
28 月	たまりめし 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	たけのこ こんにゃく	アルファ化米 アルファ化もち米 砂糖		566
	ごぼういりつくね(2こ)	鶏肉 豚肉			玉ねぎ ごぼう 大豆	でんぷん 砂糖	なたね油	
	きゅうりのこんぶあえ		塩こんぶ		きゅうり			
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん こまつな	だいこん 玉ねぎ えのきたけ			
29 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		638
	おやこに	鶏肉 卵 かまぼこ		にんじん	玉ねぎ 切り干し大根 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん		
	キャベツとなまあげのみそいため	豚肉 生揚げ みそ		ピーマン	キャベツ	砂糖 でんぷん	米油	
	メロン				メロン			
30 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		595
	アジフライのレモンソース	あじ			レモン果汁	パン粉 小麦粉 砂糖	米油	
	チンゲンサイともやしのごまあえ	ツナ		チンゲンサイ	もやし コーン	砂糖	ごま	
	とうがんじる	鶏肉 油揚げ		にんじん	とうがん 干しいたけ ねぎ	でんぷん		

<今月の愛知県産の野菜・くだもの>

じゃがいも オクラ キャベツ きゅうり
こまつな しそ かりもり だいこん
きりぼしだいこん たけのこ たまねぎ
チンゲンサイ とうがん トマト なす
にんじん ねぎ ピーマン れんこん
さやえんどう かぼちゃ パセリ
ほうれんそう メロン



おぶちゃんマーク
愛知県の郷土料理・地場産物 使用日

21日(月)「愛知を食べる学校給食の日」

25日(金) きしめん

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。ぜひご覧いただき、家庭でもお試しください。



平均値	619
	27.4
基準値	630
	26.0

・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。