



令和6年 6月分献立表



豊川市学校給食課(南部学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその動き						メモ欄
		赤/体を作る		緑/体の調子を整える		黄/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	
3月	ごはん 牛乳 やさいのうま煮 ハムステーキ 海そうサラダ		牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ こんにゃく 干しいたけ	ごはん じゃがいも さとう さとう でんぷん		
4火	中華めん 牛乳 五目ラーメン ぎょうざ(㊸2こ・㊸3こ) すいか	たまねぎドレッシング 	牛乳	にんじん チンゲンサイ にら	たまねぎ キャベツ きくらげ 根深ねぎ キャベツ たまねぎ にんにく すいか	中華めん パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 油	豊川産きくらげの日	
5水	ごはん 牛乳 すまし汁 キャベツ入りつくね くきわかめの煮付け		牛乳	にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ キャベツ しょうが	ごはん でんぷん さとう さとう 油		
6木	麦ごはん 牛乳 米粉のハヤシライス めひかりフライ(㊸2こ・㊸3こ) カラフルソテー	ぶた肉 豆乳 めひかり	牛乳	にんじん 冷凍トマト	たまねぎ マッシュルーム	ごはん 大麦 じゃがいも パン粉 小麦粉 油		
7金	ごはん 牛乳 わかめスープ 厚焼きたまご ピリ辛丼 ㊸フライビーンズ	とうふ なたまき わかめ 鶏卵 ぶた肉	牛乳	はねぎ	たまねぎ もやし	ごはん さとう でんぷん さとう でんぷん 油 油 油	ピリ辛丼:ごはんにピリ辛丼の具をのせて食べましょう。	
10月	玄米ごはん 牛乳 細切りやさいの炒め煮 たこから揚げ もやし炒め	ぶた肉 赤みそ たこ	牛乳	にんじん ピーマン	おろししょうが ごぼう たまねぎ こんにゃく たけのこ	ごはん 玄米 さとう 米粉 でんぷん 油 油	かみかみ献立	
11火	ごはん 牛乳 中華スープ ショウロンボウ(㊸1・2年1こ・その他2こ) やさいのオイスターソース炒め フローズンヨーグルト	ぶた肉	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ えのきたけ たまねぎ キャベツ しょうが キャベツ	ごはん はるさめ でんぷん さとう 小麦粉 さとう 油 油	フローズンヨーグルト: クラス配送	
12水	ごはん 牛乳 肉じゃが とうふだんご(㊸2こ・㊸3こ) メロン	ぶた肉 とうふ とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん	おろししょうが たまねぎ こんにゃく ごぼう たまねぎ 長ねぎ しょうが メロン	ごはん じゃがいも さとう でんぷん 小麦粉 さとう 油 油		
13木	りんごパン 牛乳 米粉のパンパキンポターージュ 揚げどりのレモンソースかけ キャベツソテー	豆乳 とり肉	牛乳	にんじん うらごしかぼちゃ かぼちゃ	たまねぎ レモン果汁 キャベツ	ごはん 米粉 さとう でんぷん 油 油		
14金	ごはん 牛乳 生揚げのたまごとじ さばの銀紙焼き 青菜あえ [なめしの素]	冷凍生揚げ 液卵 さば みそ [かつおぶし]	牛乳	にんじん みつば	たまねぎ 干しいたけ キャベツ きゅうり [青菜]	ごはん さとう さとう 米粉 [さとう]		
17月	ごはん 牛乳 けんちん汁 いわしのうめ煮 えだ豆	とうふ いわし	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ ごぼう こんにゃく 干しいたけ 梅肉 えだ豆	ごはん さとう でんぷん 油		
18火	ソフトめん 牛乳 米粉のカレーソース スパニッシュオムレツ コールスローサラダ	ぶた肉 豆乳 鶏卵 とり肉	牛乳	にんじん かぼちゃ にんじん	たまねぎ コーン キャベツ	ソフトめん じゃがいも でんぷん さとう 油 油 コールスロードレッシング		
19水	ごはん 牛乳 えいようゴロゴロ! パワーみそしる れんこんハンバーグ グリーンアスパラガスのサラダ ミニゼリー(蒲郡みかん)	とり肉 冷凍油揚げ 赤みそ ぶた肉 とり肉 牛肉	牛乳	にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく えのきたけ はくさい れんこん たまねぎ コーン キャベツ みかん果汁	ごはん さつまいも パン粉 でんぷん さとう さとう マヨネーズドレッシング	愛知を食べる学校給食の日 豊川産グリーンアスパラガスの日	
20木	麦ごはん 牛乳 はるさめスープ ビビンバ ミニトマト(2こ) かんそう小魚	なたまき 牛肉	牛乳	にんじん こまつな にんじん チンゲンサイ ミニトマト	たまねぎ たけのこ にんにく 大豆もやし	ごはん 大麦 はるさめ でんぷん さとう 油 いらごま さとう	ビビンバ:麦ごはんにビビンバの具をのせ、まぜながら食べましょう。	
21金	ごはん 牛乳 五目汁 ぶりの竜田揚げ じゃがいものきんぴら	とり肉 ぶり	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ だいこん こんにゃく 干しいたけ しょうが おろししょうが	ごはん でんぷん じゃがいも さとう 油 油		
24月	ごはん 牛乳 ぶた汁 さけの塩焼き ごぼうの炒め煮	ぶた肉 とうふ 冷凍油揚げ 赤みそ さけ	牛乳	はねぎ	たまねぎ だいこん ごぼう こんにゃく エリンギ	ごはん さとう でんぷん さとう 油 いらごま		
25火	ごはん 牛乳 とり肉とやさいのケチャップ炒め煮 コロケ コーンサラダ	とり肉 うずらたまご ぶた肉 牛肉	牛乳	にんじん グリーンアスパラガス にんじん パセリ	にんにく たまねぎ たけのこ エリンギ たまねぎ コーン キャベツ きゅうり	ごはん さとう でんぷん じゃがいも さとう コーングリッツ パン粉 小麦粉 油 油 コーンドレッシング	豊川産グリーンアスパラガスの日	
26水	ごはん 牛乳 マーボーどうふ しゅうまい(㊸2こ・㊸3こ) ポイルもやし	ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉 とり肉 たら	牛乳	はねぎ	おろししょうが たまねぎ たまねぎ もやし	ごはん さとう でんぷん でんぷん 小麦粉 さとう 小麦粉 油 油		
27木	ミルクロールパン 牛乳 コンソメスープ やさいグラタン フルーツカクテル [カクテルゼリー]	ベーコン 豆乳 おから 大豆粉 [豆乳]	牛乳	にんじん パセリ にんじん ほうれんそう	たまねぎ エリンギ キャベツ りんごレトルト パインレトルト カクテルゼリー [りんご果汁 ぶどう果汁 もも果汁]	ミルクロールパン じゃがいも 米粉 さとう 油 油 [さとう でんぷん]		
28金	ごはん 牛乳 つくね汁 [とりつくね] 大豆と小魚のごまがらめ [小魚] ミニトマト(2こ)	とりつくね 生揚げ [とり肉] 水煮大豆 小魚 [かたくちいわし]	牛乳	にんじん はねぎ	だいこん ごぼう こんにゃく [たまねぎ]	ごはん さとう でんぷん えんどう豆 米粉 さとう 油 いらごま [さとう でんぷん]		

● 献立表の㊸は小学校、㊸は中学校です。 ● 食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。 ● 太字は愛知県で作られた食品です。
● 調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ● 都合により献立及び食品を変更する場合があります。

給食レシピの紹介

やさいのオイスターソース炒め

(材料(4人分))

- ごま油 小さじ1/2
- にんじん(短冊切り) 40g
- キャベツ(2cm) 100g
- チンゲンサイ(1cm) 40g

(作り方)

- ①フライパンにごま油を入れて熱し、にんじんを炒める。
- ②キャベツ、チンゲンサイを加え炒める。
- ③火が通ったら、Aを加えて炒め、こしょうで味をととのえる。

6月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です!



きくらげ食べてモリモリだっぴー!



豊川市牧野町 喚田 恵子さんです。(ケッピ)



予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページでご覧いただけます。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です