



6月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会
学校給食課

春日井市は、令和2年6月1日に
市制77周年を迎えます。



5月27日～6月5日 分散登校期間中の個包装給食

5/27(水)	5/28(木)	5/29(金)	6/1(月)	6/2(火)	6/3(水)	6/4(木)	6/5(金)
サンドイッチロールパン 牛乳 いちごジャム		サンドイッチロールパン 牛乳 大豆チョコクリーム		あいちの米粉パン 牛乳 いちごクレープ		くろロールパン 牛乳 メープルマフィン	



今月の献立目標 愛知の味を食べよう



日	曜	献立名		主な材料とその働き		
		関	関	関 体をつくる	関 体の調子を整える	関 体を動かすエネルギーになる
8	月	わかめごはん	牛乳	さわにわん チキンナゲット(3個)	豚肉 かまぼこ 鶏肉	にんじん たけのこ ごぼう 小松菜 じゃがいも 米油
9	火	麦ごはん	牛乳	春雨スープ 高野豆腐のマーボ	うずら卵 鶏肉 えび 豚肉 高野豆腐	たまねぎ チンゲンサイ もやし にんじん たまねぎ にんじん ねぎ しょうが にんにく さとう ごま油 でん粉
10	水	麦ごはん	牛乳	ドライカレー ごぼうサラダ	豚肉 牛肉 大豆 まぐろ油漬け	たまねぎ にんじん マッシュルーム とうもろこし ピーマン トマト りんご にんにく きゅうり にんじん ごぼう カレールウ 米油 アーモンド 白ごま さとう ごま油
11	木	麦ごはん	はっこう乳	肉じゃが さば銀紙焼き	豚肉 さば 豆みそ	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース じゃがいも さとう さとう
12	金	クロスロールパン	牛乳	具だくさんコンソメスープ ジャーマンポテト ミックスナッツ	鶏肉 ベーコン	たまねぎ キャベツ にんじん エリンギ たまねぎ とうもろこし パセリ パスタ じゃがいも 米油 アーモンド カシューナッツ マカダミアナッツ
15	月	ごはん	牛乳	白みそ汁 ちくわのいそべ揚げ(3個) フローズンヨーグルト	豆腐 鶏肉 油揚げ 米みそ ちくわ 青のり ヨーグルト	大根 にんじん こんにゃく えのきたけ ねぎ 小麦粉 でん粉 米油
16	火	ごはん	牛乳	豚丼 あじの南蛮漬け 冷凍パイナップル	豚肉 焼き豆腐 あじ	たまねぎ しらたき ねぎ にんじん エリンギ ねぎ にんじん しょうが パイナップル さとう でん粉 米油 さとう
17	水	玄米ごはん	牛乳	ハッシュドビーフ コロコロポテトサラダ 小袋卵なしマヨネーズ	牛肉 まぐろ油漬け	たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム グリンピース にんにく とうもろこし にんじん じゃがいも さとう 卵なしマヨネーズ
愛知を食べる学校給食の日				生揚げと豚肉の煮物	生揚げ 豚肉 うずら卵	たまねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん さとう
18	木	ごはん	牛乳	サポテンコロッケ 愛知のみかんゼリー		サポテン 愛知のみかんゼリー じゃがいも パン粉 米油
19	金	ミルクロールパン	牛乳	大豆とチキンのトマト煮 アスパラガスとベーコンのソテー	大豆 鶏肉 ベーコン	たまねぎ トマト にんじん ズッキーニ とうもろこし セロリ にんにく たまねぎ アスパラガス にんじん エリンギ じゃがいも さとう 米油
22	月	ごはん	牛乳	えがおの夏野菜カレー フルーツゼリー アーモンド入り小魚	豚肉 豆乳 小魚	たまねぎ かぼちゃ トマト なす にんじん しょうが にんにく パイナップル みかん みかんゼリー アーモンド さとう
23	火	きしめん	牛乳	五目きしめん だいたいと小魚のごまからめ ココア牛乳のもと	鶏肉 かまぼこ 油揚げ 花かつお 大豆 しらす干し	小松菜 大根 ねぎ にんじん ごぼう しいたけ 枝豆 でん粉 米油 白ごま さとう ココア牛乳のもと
24	水	麦ごはん	牛乳	中華海鮮うま煮 揚げぎょうざ(3個)	いか えび ちくわ 豚肉	たまねぎ キャベツ たけのこ にんじん チンゲンサイ キャベツ たまねぎ さとう でん粉 小麦粉 米油
25	木	麦ごはん	牛乳	高野豆腐の卵とじ キャベツのいため煮 いかなごのくぎ煮 冷凍みかん	卵 鶏肉 かまぼこ 高野豆腐 豚肉 花かつお いかなごのくぎ煮	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ たまねぎ にんじん みかん じゃがいも さとう さとう 米油 でん粉

日	曜	献立名		主な材料とその働き			
		園	園	団 体をつくる	団 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる	
26	金	ごはん	牛乳	豚汁 まぐろの甘辛煮 手巻きのみり	豆腐 豚肉 油揚げ 豆みそ まぐろ油漬け のり	大根 こんにゃく にんじん ごぼう ねぎ キャベツ しょうが	さとう 米油
29	月	麦ごはん	牛乳	豆腐の中華飯 切り干し大根とツナのサラダ 冷凍黄桃	豆腐 うずら卵 豚肉 まぐろ油漬け	たまねぎ キャベツ たけのこ にんじん しょうが にんにく きゅうり とうもろこし にんじん 切り干し大根 黄桃	さとう だん粉 白ごま さとう サラダ油
30	火	ごはん	牛乳	野菜のスープ煮 ハンバーグのトマトソースかけ ふりかけ	ベーコン 鶏肉 牛肉	たまねぎ キャベツ にんじん マッシュルーム たまねぎ ズッキーニ 黄ピーマン 赤ピーマン にんじん トマト セロリ にんにく 野菜ふりかけ	じゃがいも パン粉 米油 さとう

① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生)を使用していない献立です(調味料を除く)。

6月は食育月間です!

食は「生きる上での基本」です。食育とは、食に関する様々な経験を通じて、健全な食生活を実践できる力を育てていくことです。食べることは生涯にわたって続きます。この「食育月間」に、自分自身の食習慣を見直すとともに、地域に伝わる食文化や、食を取り巻く現状等に目を向け、健全な食生活を実践するために何ができるか考えてみましょう。学校では、おもに下の6つの観点から食育を進めています。


<p>食の重要性</p>  <p>食事の大切さ、喜び、楽しさを知る。</p>	<p>心身の健康</p>  <p>望ましい栄養や食事のとり方を身に付ける。</p>	<p>食品を選択する能力</p>  <p>正しい知識や情報に基づき、品質や安全を判断できる。</p>	<p>感謝の心</p>  <p>食べ物を大事にし、感謝の心を持つ。</p>	<p>社会性</p>  <p>協力し、他人を思いやり、豊かな人間関係をつくる。</p>	<p>食文化</p>  <p>地域の産物や食の文化・歴史を理解し、尊重できる。</p>
---	--	---	---	--	--

愛知県の郷土料理 23日(火) きしめん

一般的なうどんに比べて幅が広く、薄いことが特ちょうの「きしめん」は、尾張名古屋の名物で、名古屋めしのひとつです。江戸時代に、現在の刈谷市で作られた「いもかわうどん」がきしめんの元祖と言われています。

応募献立 25日(木) キャベツのいため煮


〈応募者のコメント〉
キャベツと豚ミンチとにんじんがあって、とてもおいしいです。ごはんにあうので、朝も昼も夜もおいしく食べられます。



今月の献立紹介 18日(木) 愛知を食べる学校給食の日

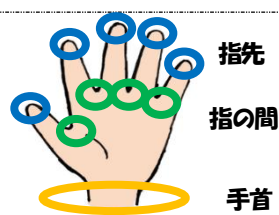
愛知県では、毎年、「食育月間(6月)」と「食育の日(毎月19日)」が重なる6月19日を含む1週間のうちの一日を「愛知を食べる学校給食の日」とし、地元の旬の食材を学校給食に使用したり、郷土料理を献立に取り入れたりすることにより、子どもたちが地域の食文化に触れる機会を作っています。

春日井市でも、愛知県産の米や牛乳、たまねぎ、うずら卵、豚肉、みかん、春日井市産のサボテンといった、愛知県内の農産物をたくさん使った献立になっています。



衛生的で安全な給食のために

洗い残しやすい部分は、忘れずにしっかり洗いましょう。



給食費のお知らせ	単価	月	日数	予定金額
	285円	6月分	17	4,845円