



6月 小学校給食こんだて表

今月のこんだて目標 もくひょう 愛知の味をいっぱい食べよう あいち あじ た

かすが いし れいわ ねん がついついたち
春日井市は、令和4年6月1日に
しせい しゅうねん むか
市制79周年を迎えます。

日 曜	こんだて名	主な材料とそのはたらき					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など タンパク質	牛乳・小魚・海藻など 無機質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
1 水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	ごじる	とうふ とうにゅう だいず あぶらあげ あわせみそ		にんじん	だいこん ねぎ		
	きんぴらごぼう	ぎゅうにく		にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう	しろごま ごまあぶら
2 木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	いりどり	とりにく ちくわ		にんじん	こんにゃく えだまめ たけのこ しょうが	じゃがいも さとう	
	めひかりフライ(2び) もやしとひじきのあえもの	めひかり	ひじき	にんじん	もやし	パンこ こむぎこ	こめあぶら
3 金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	トッポギスープ	とりにく	わかめ	にんじん	たまねぎ とうもろこし ねぎ	トッポギ	
④ 6 月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	ぶたじる	とうふ あぶらあげ ぶたにく まめみそ		にんじん	だいこん ねぎ	さとも	
	まぐろのあまからに きざみたくあん	まぐろあぶらづけ			キャベツ しょうが	さとう	
	てまきのり		のり		だいこん	さとう	
7 火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	さわにわん	ぶたにく かまぼこ		にんじん こまつな	たけのこ ごぼう	ながいも	
	だいずとたこのからあげ きゅうりのうめあえ	だいず たこ		あかしそ	きゅうり うめ	こめこ でんぶん さとう	こめあぶら
⑤ 8 水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	あつあげカレーどん	なまあげ ぶたにく かまぼこ		にんじん ピーマン	たまねぎ	でんぶん	
	きりぼしだいこんサラダ れいとうみかん	まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり とうもろこし きりぼしだいこん みかん	さとう	しろごま たまごなしマヨネーズ
9 木	クロスロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	たまねぎスープ	とりにく		パセリ	たまねぎ もやし エリンギ とうもろこし		
	サボテンコロツケ やさいサラダ			にんじん にんじん	サボテン たまねぎ キャベツ	じゃがいも パンこ	こめあぶら ドレッシング
10 金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	ワンドンスープ	とりにく		にんじん チンゲンサイ	キャベツ もやし	ワンドン	ごまあぶら
	チャプチェ	ぶたにく		にんじん キパプリカ にら	たまねぎ にんにく	はるさめ さとう	しろごま ごまあぶら
13 月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	おやこに	たまご とりにく かまぼこ		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも さとう	
	あじナゲット(2こ) えだまめ	あじ たら			たまねぎ えだまめ	こむぎこ	こめあぶら なたねあぶら だいずあぶら
14 火	げんまいごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			げんまい	
	ハッシュドポーク	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース にんにく	ハヤシルウ さとう	
	コロコロポテトサラダ	まぐろあぶらづけ			とうもろこし キャベツ	じゃがいも さとう	オリーブゆ
15 水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	はるさめスープ	とりにく えび		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ	はるさめ	
	ピリうまいため フローズンヨーグルト	なまあげ ぶたにく ぎゅうにく	ヨーグルト	ピーマン	なす ぶなしめじ しょうが にんにく	でんぶん	ごまあぶら
16 木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	にくじゃが	ぶたにく		にんじん	たまねぎ こんにゃく えだまめ	じゃがいも さとう	
	いわしのうめに ブルー	いわし		あかしそ	うめ ブルー	さとう	

はくとくちのけんこう

日 曜	6月 こんだて名	おも さい りょう 主 材 料 と そ の は た ら き							
		あか かつた 赤 体 を つ くる		みどり かつた ちやうし せいの 緑 体 の 調 子 を 整 え る		き かつた つこ 黄 体 を 動 か す エ ネ ル ギ ー に な る			
		ぐん 1群	ぐん 2群	ぐん 3群	ぐん 4群	ぐん 5群	ぐん 6群		
		さかな にく たまご だいず 魚・肉・卵・大豆など	ぎゆうにゆう せうご かいそう 牛乳・小魚・海藻など	りよくおうしよく やさい 緑黄色野菜	た やさい くだもの その他の野菜・果物・きのこ	こめ 米・パン・めん・いもなど	あぶら しじつ 油脂・種実など		
たんぱく質		むしじゆ 無機質		びたみん ビタミン・無機質		たんすいかぶつ 炭水化物		しじつ 脂質	
17 金	きしめん ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			きしめん			
	ごもきしめん	とりにく あぶらあげ	ぎゆうにゆう	こまつな にんじん	はくさい ねぎ たけのこ しいたけ				
	あいちけんさん やさいかきあげ			にんじん	たまねぎ ごぼう	こむぎこ てんぷん		こめあぶら	
	キャベツのゆかりあえ			あかしそ	キャベツ	さとう			
	あいちのみかんゼリー				みかん	さとう			
20 月	ごはん ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			こめ			
	だいこんとぶたにくのもの	ぶたにく ずうらたまご		にんじん さやいんげん	だいこん	さとも さとう			
	なまあげのにくみそかけ	なまあげ とりにく まめみそ		にんじん	たまねぎ	さとう			
21 火	わかめごはん ぎゆうにゆう		わかめ ぎゆうにゆう			こめ			
	ごもじる	とうふ とりにく		にんじん こまつな	だいこん しいたけ				
	ちくわのカレーあげ(2こ)	ちくわ				こむぎこ てんぷん		こめあぶら	
22 水	むぎごはん ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			こめ おおむぎ			
	マーボどうふ	とうふ ぶたにく まめみそ		にんじん	たけのこ ねぎ しょうが にんにく	さとう てんぷん		ごまあぶら	
	バンバンジーサラダ	とりにく		にんじん	きゅうり キャベツ	さとう		しろごま ごまあぶら	
23 木	ほしごさかな		いわし			さとう てんぷん			
	あいちのこめこパン ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			パン			
	サボテンスープ	ベーコン		にんじん	サボテン たまねぎ とうもろこし	サボテンきしめん			
24 金	ごはん ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			こめ			
	ぶたどん	ぶたにく とうふ		にんじん	たまねぎ しらたき エリンギ ねぎ	さとう			
	ごぼうサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん	ごぼう きゅうり とうもろこし	さとう		ドレッシング	
27 月	むぎごはん ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			こめ おおむぎ			
	とりだんごじる	とりにく とうふ		にんじん	たまねぎ だいこん ねぎ	てんぷん			
	ひじきいりぶたそぼろ	ぶたにく たまご	ひじき	にんじん	たまねぎ えだまめ しょうが	さとう			
28 火	ごはん ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			こめ			
	えがおのなつやさいカレー	ぶたにく とうにゆう		かぼちゃ トマト にんじん ピーマン	たまねぎ なす しょうが にんにく	カレールウ			
	アスパラガスいりサラダ	とりにく		アスパラガス	キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう		サラダゆ	
29 水	むぎごはん ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう			こめ おおむぎ			
	はっぼうさい	いか ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ くるきくらげ	てんぷん さとう			
	あいちのしそはるまき	とりにく		しそ にんじん	たまねぎ キャベツ ねぎ	はるさめ こむぎこ		こめあぶら	
30 木	きゅうりのごまじょうゆあえ				きゅうり			しろごま ごまあぶら	
	スライスパン はっこうにゆう		はっこうにゆう			パン			
	だいたいとウインナーのトマトに	だいたい ポークウインナー		にんじん トマト	たまねぎ セロリ にんにく	じゃがいも さとう			
ツナサンド	まぐろあぶらづけ			キャベツ きゅうり とうもろこし			たまごなし マヨネーズ		

「あいちをたべるがっこうきょうしゅくのひ」

とりにく あぶらあげ

ポスターも見てくださいね!



春日井市ホームページ
食育について

- 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)。


給食費のお知らせ

単価	月	日数	予定金額	納期限(口座振替)
245円	5月分	19	4,655円	令和4年6月30日(木)
	6月分	22	5,390円	令和4年8月1日(月)

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。

※ 給食提供日の4日前(土日等、給食を実施しない日を除く)までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

春日井市のホームページでアレルギー献立表が見られます。




おうほこんだて 応募献立

15日(水) 「ピリうまいため」

応募者コメント

なすやピーマンがおいしく食べられます。井にしてもおいしい料理です。



しんこんだて 新献立

23日(木) 「サボテンスープ」

春日井市のサボテンを使ったスープです。

