



# 6月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会  
学校給食課

今月のこんだて目標 **愛知の味を食べよう**

春日井市は令和5年6月1日に  
市制80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
木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	なまあげのちゅうかはんのぐ	なまあげ うずらたまご ぶたにく		にんじん	たまねぎ キャベツ たけのこ しょうが にんにく	さとう でんぷん	
	パンバンジーサラダ ぶどうゼリー	ぶたにく とりにく		にんじん	きゅうり ぶどう	さとう さとう	しろごま
金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	ぶたにくとたまねぎのうまに	やきどうふ ぶたにく		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	さとう	
	いかなゲット(2こ) もやしのおこんぶあえ	いか たら	こんぶ	にんじん	もやし	こむぎこ でんぷん さとう	こめあぶら
5月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	マーボどうふ	どうふ 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 でんぷん	ごまあぶら
	しそいりはるまき もやしのナムル	とりにく		あおじそ	たまねぎ キャベツ もやし	こむぎこ さとう	こめあぶら しろごま ごまあぶら
6火	わかめごはん ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう			こめ	
	だいこんと ぶたにくのにももの	ぶたにく うずらたまご	こんぶ	にんじん さやいんげん	だいこん	さといも さとう	
	ごぼういりつくね(2こ) バナナチップス	とりにく			たまねぎ ごぼう バナナ	さとう さとう	しょくぶつゆ
7水	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	だいたと チキンのトマトに マカロニサラダ	だいたと とりにく		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	
	いちごジャム			にんじん	キャベツ きゅうり いちご	マカロニ さとう	オリーブゆ
8木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	サボテンキーマカリー	ぶたにく だいたと		にんじん トマト きパブリカ うちわサボテン	たまねぎ しいたけ	カレールウ	サラダゆ
	ツナサラダ かたぬきチーズ	まぐるあぶらづけ		にんじん	きゅうり キャベツ	さとう	たまごなし マヨネーズ
9金	きしめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			きしめん	
	きしめんのしる	とりにく かまぼこ あぶらあげ		こまつな にんじん	はくさい だいこん しいたけ	でんぷん	
	たことポテトのからあげ キャベツのごまあえ そらまめ	たこ			キャベツ	じゃがいも こめこ でんぷん さとう	こめあぶら しろごま なたねあぶら
12月	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	じゃがいも	
	なまあげのみそかけ れいとうおうとう	なまあげ まめみそ			たまねぎ しょうが おうとう	さとう さとう	
13火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	にくじゃが	ぶたにく		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも さとう	
	きりぼしだいこんと チキンのサラダ とうにゅうデザート	とりにく とうにゅう		にんじん	きゅうり きりぼしだいこん	さとう さとう	しろごま サラダゆ ココア
14水	ごはん はっこうにゅう		はっこうにゅう			こめ	
	トックスープ	ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし	トック	
	あげどりのねぎソースかけ いわしのほしごぎかな	とりにく			ねぎ	さとう でんぷん	こめあぶら しろごま
15木	ツイストロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	パンプキンポタージュ	とりにく	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう なまクリーム	かぼちゃ にんじん	たまねぎ マッシュルーム	ホワイトルウ	
	じゃがいもとアスパラガスの カレーいため	ぶたにく		アスパラガス にんじん	にんにく	じゃがいも	

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8品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ)を使用していない献立です(調味料を除く)。

日 曜	6月 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	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など
	タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	
16 金	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとし ちくわのいそべあげ(2こ) きゅうりのうめあえ	ぎゅうにゅう		にんじん さやいんげん	たまねぎ	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	
19 月	みかわあかどりごもくごはん ぎゅうにゅう ぶたじる めひかりフライ(2び) キャベツのそくせきづけ あいちのみかんゼリー	とりにく とうふ ぶたにく まめみそ めひかり	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ だいこん えのきたけ キャベツ きゅうり くろきくらげ みかん	こめ じゃがいも パンこ こむぎこ さとう	こめあぶら しろごま
20 火	むぎごはん ぎゅうにゅう じゃがいもととりにくのにも はんべんのたれかけ きりぼしだいこんの さっぱりづけ	とりにく なまあげ はんべん	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん にんじん	こんにゃく ごぼう たけのこ キャベツ たまねぎ なめこ きゅうり きりぼしだいこん レモン	こめ おおむぎ じゃがいも さとう さとう でんぶん さとう	こめあぶら
21 水	ごはん ぎゅうにゅう すいとんじる ひじきいりぶたそぼろ きらずあげ	とりにく かまぼこ ぶたにく おから	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん にんじん	だいこん たまねぎ えだまめ しょうが	こめ すいとん さとう こむぎこ さとう	なたねあぶら
22 木	むぎごはん ぎゅうにゅう ごもくじる まぐろのあまからに きざみたくあん てまきのり	とりにく まぐろあぶらづけ	ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん ねぎ ごぼう えのきたけ キャベツ しょうが だいこん	こめ おおむぎ じゃがいも さとう さとう	
23 金	ソフトめん ぎゅうにゅう ミートソース コロコロポテトサラダ れいとうパインナップル	ぶたにく ぎゅうにく だいず とりにく	ぎゅうにゅう チーズ だっしふんにゅう	にんじん トマト にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース キャベツ たまねぎ パインナップル	ソフトめん トマトルウ さとう じゃがいも さとう さとう	オリーブゆ
26 月	むぎごはん ぎゅうにゅう しろみそじる かつおとだいずの レモンじょうゆあえ のりつくだに	とりにく こめみそ かつお だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん なす ねぎ えだまめ レモン	こめ おおむぎ さとう でんぶん こむぎこ さとう さとう	こめあぶら
27 火	ごはん ぎゅうにゅう ハッシュドビーフ ごぼうサラダ れいとうみかん	ぎゅうにく まぐろあぶらづけ	ぎゅうにゅう	にんじん トマト にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく ごぼう きゅうり きりぼしだいこん みかん	こめ ハヤシルウ さとう さとう	しろごま ごまあぶら
28 水	ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうどんのぐ さばぎんがみやき もやしとひじきのあえもの	ぎゅうにく さば みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ えのきたけ ほうれんそう もやし	こめ さとう さとう さとう	
29 木	くろロールパン ぎゅうにゅう やさいのスープに ハンバーグのトマトソースかけ フローズンヨーグルト	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん きピーマン あかピーマン にんじん トマト	キャベツ たまねぎ エリンギ たまねぎ ズッキーニ	こめ じゃがいも さとう	こめあぶら
30 金	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかかいせんうまに あげしゅうまい(2こ) えだまめ	いか うずらたまご ちくわ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ たけのこ たまねぎ えだまめ	こめ おおむぎ さとう でんぶん こむぎこ	ごまあぶら こめあぶら

あいちの  
ごもくじる  
のり

**<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	20日	4,900円	令和5年6月30日(金)
	6月分	22日	5,390円	令和5年7月31日(月)

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までお願いします。  
 ※ 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。

市のホームページにアレルギー献立表を掲載しています。



**おうぼこんだて 応募献立** 8日(木)

「サボテンキーマカリー」

おうぼしゃ 応募者コメント

いろいろいり豊かて栄養満点!ごはんにのせても、麺にのせても、パンと一緒に食べてもOK!カレー味が食欲をそそります。