



6月献立表



日付	曜日	ごんだてめい 献立名	おもに ち・にく・ほねになるもの (あかいりう)		おもに からだのちようしを ととのえるもの(みどりいろ)		おもに はたらくちからに なるもの(きいろ)		びこう 備考
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
2	月	ごはん 牛乳 とりてん こうやどうふのもの ほうれんそうとだいこんのおひたし	とりにく こうやどうふ とりにく はんぺん	牛乳	にんじん ほうれんそう	たまねぎ グリンピース だいこん	ごはん こむぎこ じゃがいも さとう さとう	あぶら	
3	火	ツナどん(ごはん) 牛乳 ハムときゅうりのあえもの けんちんじる	ツナ ハム(ぶたにく) どうふ	牛乳	パセリ にんじん	しょうが たまねぎ もやし きゅうり ねぎ たまねぎ こんにゃく	ごはん さとう さとう		
4	水	ごはん 牛乳 たこのからあげ キャベツのあえもの わかめのみそしる	たこ みそ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん みつば	キャベツ どうもろこし たまねぎ だいこん えのきたけ	ごはん さとう でんぷん こめこ さとう	あぶら	
5	木	チキンカレーライス(おぎごはん) 牛乳 ミニウインナー ナタデココいりフルーツあえ	とりにく みそ ぶたにく とりにく ゼリー(とうにゅう)	牛乳	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ パイナップル もも りんご ナタデココ レモン ゼリー(りんご ぶどう もも)	おぎごはん じゃがいも カレールウ(こむぎこ)	あぶら	よっか とおか 4日~10日は はぐち 歯と口の けんこうしゅうかん 健康週間
6	金	ごもくきしめん 牛乳 やさいかきあげ かみかみサラダ	とりにく かまぼこ あぶらあげ	牛乳	ほうれんそう にんじん にんじん しゅんぎく	たまねぎ ねぎ しいたけ ごぼう たまねぎ ごぼう えだまめ きゅうり	きしめん でんぷん こむぎこ	あぶら コンクリッド レッティング	
9	月	ごはん 牛乳 あいちのしそいりとりはるまき マーボーどうふ きゅうりのかおりづけ かんそうござかな	とりにく どうふ ぶたにく みそ かたくちいわし	牛乳	しそ にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ ねぎ たまねぎ ねぎ たけのこ しょうが にんにく きゅうり	ごはん はるさめ こむぎこ でんぷん さとう さとう	あぶら ごまあぶら	
10	火	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ ひじきのいために たまねぎのすましじる ももヨーグルト	とりにく とりにく	牛乳 ひじき ヨーグルト	にんじん ほうれんそう にんじん	たまねぎ だいこん どうもろこし えだまめ たまねぎ えのきたけ もも	ごはん さとう でんぷん さとう ふ さとう	あぶら	
11	水	ごはん 牛乳 いわしのうめに しおにくじゃが こまつなのあえもの	いわし ぶたにく	牛乳	にんじん こまつな	うめ たまねぎ こんにゃく グリンピース キャベツ	ごはん じゃがいも さとう さとう	あぶら	
12	木	ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうがいため いそかあえ ぐだくさんじる	ぶたにく とりにく どうふ かまぼこ	牛乳 のり	チンゲンサイ にんじん みつば	たまねぎ しょうが にんにく もやし	ごはん さとう でんぷん さとう	あぶら	
13	金	クロスロールパン 牛乳 たらのコンソメあげ イタリアンサラダ ミネストローネ	たら ベーコン(ぶたにく) だいず	牛乳	みずな にんじん トマト	キャベツ どうもろこし たまねぎ セロリ にんにく	クロスロールパン でんぷん	イタリアンド レッティング オリーブあぶら	
16	月	ごはん 牛乳 にくづめいなり チンゲンサイのあえもの えびのすましじる	ぶたにく あぶらあげ とりにく えび どうふ	牛乳	にんじん チンゲンサイ みずな にんじん	たまねぎ もやし たまねぎ	ごはん こむぎこ さとう でんぷん さとう		
17	火	ごはん 牛乳 ほっけのしおやき だいずのごもくに いもこんじる	ほっけ だいず とりにく かまぼこ	牛乳 こんぶ	にんじん さやいんげん ほうれんそう	たまねぎ こんにゃく しいたけ	ごはん さとう さといも		
18	水	ちゅうかはん(ごはん) 牛乳 ぎょうぎ はるさめサラダ	うずらたまご ぶたにく ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん にら チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ たけのこ たまねぎ キャベツ どうもろこし	ごはん でんぷん こむぎこ はるさめ さとう	あぶら	しょくいく ひ 食育の日 あいち た 「愛知を食べる ごんだて 献立」
19	木	ごはん 牛乳 めひかりフライ あいちやさいのあえもの はちはいじる あいちのみかんゼリー	どうふ	牛乳 めひかり	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ だいこん ねぎ しいたけ みかん	ごはん こむぎこ さとう	あぶら	
20	金	りんごパン 牛乳 とりにくのバジルやき ひよこまめのサラダ オニオンスープ	とりにく ひよこまめ ベーコン(ぶたにく)	牛乳	バジル にんじん パセリ	きゅうり えだまめ レモン にんにく セロリ たまねぎ	りんごパン さとう	オリーブあぶら オリーブあぶら	
23	月	ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ さんしよくあえ かぼちゃのみそしる	ちくわ みそ	牛乳 あおのり	こまつな にんじん かぼちゃ	もやし たまねぎ ごぼう しめじ	ごはん こむぎこ さとう	あぶら	
24	火	ねぎとりどん(ごはん) 牛乳 とうがんとあつあげのカレーに いんげんのごまあえ	とりにく ぶたにく あつあげ	牛乳	にんじん さやいんげん	にんにく しょうが ねぎ とうがん たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ	ごはん さとう でんぷん カレールウ(こむぎこ) さとう	あぶら あぶら ごま	
25	水	ごはん 牛乳 ざばのしょうゆこうじやき みずなともやしのあえもの ざわにわん	ざば ぶたにく	牛乳	みずな にんじん	もやし きゅうり たまねぎ こんにゃく えのきたけ	さとう		
26	木	ピラフ(ごはん) 牛乳 クロquette コンソメスープ	ウインナー(ぶたにく) ぶたにく ぎゅうにく とりにく	牛乳	あかパプリカ にんじん パセリ にんじん	どうもろこし マッシュルーム たまねぎ セロリ にんにく キャベツ たまねぎ	ごはん じゃがいも こむぎこ	あぶら あぶら オリーブあぶら	
27	金	にくみそソフトめん 牛乳 あつやきたまご わらびもち	ぶたにく はんぺん ぶたレバー みそ たまご きなこ	牛乳	にんじん	たまねぎ たけのこ しょうが	ソフトめん さとう でんぷん さとう	あぶら	
30	月	ごはん 牛乳 あげどりのレモンソース ビーフンいりやさしいため どうふのすましじる	とりにく ぶたにく かつおぶし どうふ	牛乳	にんじん にんじん みつば	しょうが レモン たまねぎ キャベツ だいこん しめじ	ごはん でんぷん こめこ さとう ビーフン さとう	あぶら あぶら	

まいつき にち しょくいく ひ
毎月19日は食育の日 “お家でごはんの日”



※物資購入の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
※保護者負担額の軽減として市負担額を1食あたり10円と、令和7年度は食材等の高騰を受け国の臨時交付金1食あたり20円にて対応しています。保護者負担額は変更なく、小学校280円、中学校310円です。