



# 6月献立表



令和8年

あま市学校給食センター

日付	曜日	献立名	おもに ち・く・ほねになるもの (あかいろ)		おもに からだのちようしをとのえるもの(みどりいろ)		おもに はたらくちからになるもの(きいろ)		備考
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	月	ツナどん(ごはん) 牛乳 えだまめ ざわにわん	ツナ	牛乳	パセリ	しょうが たまねぎ えだまめ たまねぎ こんにゃく えのきたけ ごぼう	ごはん さとう		
2	火	ごはん 牛乳 コロケ ほうれんそうのソテー とうふじる	ぶたにく	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん こまつな	たまねぎ とうもろこし しめじ	ごはん じゃがいも こむぎこ あぶら あぶら		
3	水	ごはん 牛乳 しゅうまい ホイコーロー はるさめスープ	ぶたにく ぶたにく みそ とりにく	牛乳	ピーマン にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ しょうが たまねぎ とうもろこし	ごはん こむぎこ さとう てんぷん あぶら はるさめ		
4	木	ごはん 牛乳 たこのからあげ こまつなとハムのいためもの けんちんじる	たこ ハム(ぶたにく) とうふ	牛乳	こまつな にんじん みつば	もやし たまねぎ こんにゃく	ごはん さとう てんぷん こめこ あぶら あぶら		かみかみの日 「たこのからあげ」
5	金	ごもくしめん 牛乳 さばのたつたあげ かみかみごぼういため	とりにく かまぼこ さば ぶたにく	牛乳	にんじん ほうれんそう	たまねぎ ねぎ しめじ ごぼう	きしめん てんぷん あぶら さとう こまあぶら		
8	月	チキンカレーライス(むぎごはん) 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	牛乳	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ ナタデココ レモン もも パイン りんご	むぎごはん じゃがいも あぶら ゼリー(りんご ぶどう もも) さとう		よつか どおか 4日~10日は はぐち けんこうしゅうかん 健康週間
9	火	ごはん 牛乳 けんちんしのだのあんかけ ひじきのいために いもこんじる ヨーグルト	とうふ あぶらあげ さかなすりみ ぶたにく あぶらあげ	牛乳	にんじん ひじき にんじん	こんにゃく たまねぎ ねぎ しいたけ	ごはん さとう てんぷん あぶら さとう さとう さといも		
10	水	ごはん 牛乳 いかのあまからやき きりぼしだいこんのソースいため とりだんごじる	いか ぶたにく チキンボール(とりにく)	牛乳		しょうが きりぼしだいこん <b>キャベツ</b> たまねぎ もやし	ごはん さとう さとう あぶら		
11	木	ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ あつあげのもの さんしょくやさいのごまいため	ちくわ あつあげ とりにく	牛乳 あおのり	にんじん さやいんげん こまつな にんじん	だいこん こんにゃく もやし	ごはん こむぎこ あぶら さとう さとう あぶら ごま		
12	金	サンドイッチパンズパン 牛乳 ハンバーグのデミソースかけ キャベツソテー ポークビーンズ	とりにく ぶたにく だいず	牛乳		たまねぎ <b>キャベツ</b> にんにく たまねぎ	サンドイッチパンズパン さとう あぶら じゃがいも さとう あぶら てんぷん		
15	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 チンゲンサイのあまずいため	とりにく とうふ ぶたにく ぶたレバー みそ	牛乳	にんじん にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ねぎ もやし	ごはん こむぎこ あぶら さとう てんぷん あぶら さとう てんぷん あぶら		
16	火	ごはん 牛乳 いわしのうめに ピーマンいりやさいのため えびとどうがんのしる	いわし とりにく かつおぶし えび あぶらあげ	牛乳	にんじん みずな	うめ たまねぎ <b>キャベツ</b> どうがん だいこん しめじ	ごはん さとう あぶら ピーマン さとう		
17	水	ごはん 牛乳 ルーローハン くうしんさいのいためもの ルオポータン	ぶたにく とりにく	牛乳	チンゲンサイ くうしんさい こまつな にんじん	にんにく しょうが もやし にんにく だいこん たけのこ	ごはん さとう てんぷん あぶら さとう ごまあぶら ごまあぶら		アジパラ おうえんこんだて 応援献立 「台湾」
18	木	クロスロールパン 牛乳 とりにくのレモンやき ペンネトマトソース メロンゼリーいりフルーツあえ	とりにく とりにく とりにく	牛乳	にんじん トマト	レモン にんにく たまねぎ メロン レモン もも パインりんご	クロスロールパン さとう あぶら マカロニ さとう オリーブあぶら ゼリー(りんご ぶどう もも) さとう		
19	金	かきまわし(ごはん) 牛乳 めひかりフライ はちはいじる あいちのみかんゼリー	とりにく あぶらあげ とうふ さかな	牛乳 めひかり	にんじん にんじん	ごぼう たまねぎ だいこん ねぎ しいたけ みかん	あぶら あぶら さとう あぶら ごはん さとう あぶら		ぜんこくきょうりゅうり ひ 全国郷土料理の日 あいちけん 「愛知県」
22	月	ごはん 牛乳 やきにくどん カットコーン ぶのすましじる	ぶたにく かまぼこ	牛乳	ピーマン にんじん	たまねぎ しょうが にんにく りんご とうもろこし たまねぎ しめじ	ごはん さとう てんぷん あぶら さとう あぶら		しほいく ひ 食育の日 あいち た 「愛知を食べる こんだて 献立」
23	火	ごはん 牛乳 つくね だいずもやしのいためもの ぐたくさんじる	とりにく ぶたにく あつあげ	牛乳	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ だいずもやし ごぼう たまねぎ たけのこ	ごはん あぶら あぶら		
24	水	りんごパン 牛乳 さわらのバジルやき やさしいカレーソテー オニオンスープ	さわら ベーコン(ぶたにく)	牛乳	パセリ にんじん	<b>キャベツ</b> スズキーニ とうもろこし にんにく セロリ たまねぎ	りんごパン あぶら オリーブあぶら		
25	木	にくみそソフトめん 牛乳 ごもくあつやきたまご わらびもち	ぶたにく ぶたレバー はんぺん みそ たまご きなこ	牛乳 ひじき	にんじん にんじん ほうれんそう	たまねぎ たけのこ しょうが もやし	ソフトめん さとう てんぷん あぶら さとう わらびもち さとう		
26	金	ごはん 牛乳 ざけフライ にくじゃが あおないため	さけ ぶたにく	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ こんにゃく グリンピース もやし にんにく	ごはん こむぎこ あぶら じゃがいも さとう あぶら ごまあぶら		がつ 6月の あいち やさい 愛知の野菜 「キャベツ」 
29	月	ごはん 牛乳 とりにくのからあげ ぶただいこんいため わかめのみそしる	とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	牛乳	わかめ にんじん	しょうが にんにく だいこん たまねぎ	ごはん てんぷん こめこ あぶら さとう ごまあぶら		
30	火	ごはん 牛乳 ぎょうざ はっほうさい ピリからいため	ぶたにく とりにく ぶたにくうずらたまごいか	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ たまねぎ <b>キャベツ</b> たけのこ エリンギ とうもろこし	ごはん こむぎこ あぶら てんぷん あぶら さとう		

まいつき にち しょくいく ひ うち 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。  
※令和8年度は、国及び県による給食費負担軽減交付金及び物価高騰対応  
重点支援地方創生臨時交付金を活用し給食を無償化としております。