



日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもなはたらき						備考
			おもに体をつくるもとになる食品（あかいり）		おもに体の調子を整えるもとになる食品（みどりいろ）		おもにエネルギーのもとになる食品（きいろ）		
			たんぱく質	無機質	ビタミン	ビタミン	炭水化物	脂質	
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛乳 小魚 乳製品 海藻	色のこい野菜	その他の野菜 きのこ 果物	米 パン めん いも さとう 菓子	油脂類 種実類	
1	火	夏野菜カレー 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ スズキーニ むきえだまめ にんにく しょうが	ごはん カレールー	油	
		コールスローサラダ	ハム			キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	
		冷凍パイン				パインアップル			
2	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		いわしの生姜煮	いわし	ぼうさいしょくたいけんこんだて 防災食体験献立		しょうが	さとう		
		切干大根とツナのあえ物	ツナ		切干し大根 きゅうり	さとう			
3	木	炊き出しみそ汁	高野豆腐 油揚げ みそ	煮干し	にんじん	たまねぎ だいこん			
		サラダうどん 牛乳	蒸しどり	牛乳	にんじん	もやし キャベツ きゅうり コーン	白玉うどん さとう		
		とり肉の唐揚げ	とり肉			しょうが にんにく	でんぷん	油	
4	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		マーボーなす	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	たまねぎ なす ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごま油	
		チヂミ			にんじん 大根葉	たまねぎ	さとう でんぷん 水あめ 米粉	油	
7	月	ナムル				きゅうり もやし コーン	さとう	ごま油 ごま	豆腐ナゲット 2こ
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		豆腐ナゲット	豆腐 魚すりみ 豆乳		にんじん	たまねぎ コーン むきえだまめ	さとう 小麦粉 でんぷん	油	
8	火	ゴーヤチャンプル	ツナ 厚揚げ			ゴーヤ もやし	さとう	ごま油	
		もずくのスープ	たまご	もずく	にんじん	たまねぎ たけのこ ねぎ	でんぷん		
		わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		
9	水	かつおのおかか煮	かつお かつお節			しょうが	でんぷん さとう		ショーロンポー 2こ
		千草あえ	卵			キャベツ きゅうり	さとう	ごま	
		とうがん汁	とり肉 油揚げ		にんじん	とうがん ねぎ しょうが	でんぷん		
10	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		ショーロンポー 2こ
		ショーロンポー	豚肉 かきエキス			たまねぎ キャベツ しょうが	春雨 でんぷん さとう 小麦粉		
		豚キムチ	豚肉			はくさいキムチ もやし		油 ごま ごま油	
11	金	ワンタンスープ			にんじん	はくさい コーン ねぎ	ワンタン		
		ホットドック(フランクフル ト・キャベツ・ケチャップ) 牛乳	豚肉	牛乳		キャベツ	サンドイッチロールパン さとう		
		野菜のスープ	とり肉		にんじん	たまねぎ コーン マッシュルーム	じゃがいも		
14	月	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		なすみそメンチカツ	豚肉 みそ			なす たまねぎ	パン粉 さとう でんぷん 小麦粉	油	
		きゅうりのおかかあえ	かつお節		こまつな	きゅうり	さとう		
		けんちん汁	とり肉		にんじん	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ		ごま油	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
		厚焼き玉子	卵				さとう でんぷん	油	
		即席漬				きゅうり 千切り大根漬		ごま	



日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもなはたらき						備考
			おもに体をつくるもとになる食品（あかいろ）		おもに体の調子を整えるもとになる食品（みどりいろ）		おもにエネルギーのもとになる食品（きいろ）		
			たんぱく質	無機質	ビタミン	ビタミン	炭水化物	脂質	
			肉魚卵 豆・豆製品	牛乳小魚 乳製品海藻	いろ 色のこい野菜	その他の野菜 きのこ果物	米パンめんいも さとう菓子	油脂類 種実類	
15	火	麦ごはん牛乳	牛乳				麦ごはん		
		厚揚げのそぼろ煮	豚肉 厚揚げ		にんじん	だいこん ねぎ しょうが	さとう でんぷん		
		たらの揚げ煮	たら			しょうが	でんぷん さとう	油	
		チンゲンサイのおひたし			チンゲンサイ	もやし	さとう	ごま	
16	水	ごはん牛乳	牛乳				ごはん		ごぼう入り つくね 2こ
		ごぼう入りつくね	とり肉 豚肉			たまねぎ ごぼう しょうが	でんぷん さとう		
		昆布あえ		塩昆布	にんじん	キャベツ			
		白みそ仕立てのみそ汁	とり肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん	えのきたけ だいこん ねぎ			
17	木	ジャージャーめん牛乳	豚肉 豆みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ もやし たけのこ しょうが にんにく	中華めん さとう でんぷん	ごま油	
		しそ入り春巻き	とり肉		にんじん 大葉	たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが	春雨 でんぷん さとう 小麦粉 水あめ	油	
		中華炒め	ツナ			切干し大根 コーン		油	
18	金	ごはん牛乳	牛乳				ごはん		
		和風ハンバーグ	とり肉 豚肉			たまねぎ	さとう でんぷん じゃがいも		
		こまつなのごまあえ			こまつな	もやし	さとう	ごま	
		五目汁	とり肉 うずら卵		にんじん	だいこん ねぎ			
24	木	ロールパン牛乳	牛乳				ロールパン		
		ラタトゥイユ	とり肉		かぼちゃ トマト にんじんと	たまねぎ マッシュルーム むきえだまめ	さとう	油	
		オムレツ	卵				さとう でんぷん	油	
		フルーツポンチ	豆乳ゼリー			みかん 黄桃 りんごゼリー ぶどうゼリー ももゼリー	さとう		
25	金	ごはん牛乳	牛乳				ごはん		ソース
		さといもコロッケ	とり肉 みそ	つきみこんだて お月見献立			さといも さとう パン粉 小麦粉 でんぷん	油	
		添え野菜			にんじん	キャベツ			
		うずら卵のすまし汁	とり肉 うずら卵		にんじん	ごぼう だいこん ねぎ			
28	月	ハヤシライス牛乳	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	麦ごはん じゃがいも ハヤシルー	油	
		グリーンサラダ	ハム			キャベツ きゅうり	さとう	オリーブ油	
29	火	ごはん牛乳	牛乳				ごはん		
		さばのみそかけ	さば みそ			しょうが	さとう	油	
		大根サラダ		わかめ		だいこん コーン	さとう	ごま油 ごま	
		ふだま汁	かまぼこ		にんじん	えのきたけ だいこん ねぎ	焼き麴		
30	水	ジューシー牛乳	豚肉 油揚げ	牛乳 糸昆布	にんじん	干しいたけ しょうが	アルファー化米 さとう	油	ぎょうざ 2こ
		揚げぎょうざ	豚肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	油	
		中華スープ	豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	ねぎ			

※食材の納入状況等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

太字は愛知県産です。



日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもな働き						備考
			おもに 体をつくるもとになる食品		おもに 体の調子を整えるもとになる食品		おもに エネルギーのもとになる食品		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚 海藻	緑黄色 野菜	その他の野菜 きのこ類 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 種実類	
1	火	夏野菜カレー 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ スッキーニ むきえだまめ にんにく しょうが	ごはん カレールー	油	
		コールスローサラダ	ハム			キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	
		冷凍パイ				パインアップル			
2	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		いわしの生姜煮	いわし	防災食体験献立		しょうが	さとう		
		切干大根とツナのあえ物	ツナ			切干し大根 きゅうり	さとう		
		炊き出しみそ汁	高野豆腐 油揚げ みそ	煮干し	にんじん	たまねぎ だいこん			
3	木	サラダうどん 牛乳	蒸しどり	牛乳	にんじん	もやし キャベツ きゅうり コーン	白玉うどん さとう		
		とり肉の唐揚げ	とり肉			しょうが にんにく	でんぷん	油	
4	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		マーボーなす	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	たまねぎ なす ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごま油	
		チヂミ			にんじん 大根葉	たまねぎ	さとう でんぷん 水あめ 米粉	油	
		ナムル				きゅうり もやし コーン	さとう	ごま油 ごま	
7	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		豆腐ナゲット 3こ
		豆腐ナゲット	豆腐 魚すりみ 豆乳		にんじん	たまねぎ コーン むきえだまめ	さとう 小麦粉 でんぷん	油	
		ゴーヤチャンプル	ツナ 厚揚げ			ゴーヤ もやし	さとう	ごま油	
		もずくのスープ	たまご	もずく	にんじん	たまねぎ たけのこ ねぎ	でんぷん		
8	火	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		
		かつおのおかか煮	かつお かつお節			しょうが	でんぷん さとう		
		千草あえ	卵			キャベツ きゅうり	さとう	ごま	
		とうがん汁	とり肉 油揚げ		にんじん	とうがん ねぎ しょう が	でんぷん		
9	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		ショーロンポー 3こ
		ショーロンポー	豚肉 かきエキス			たまねぎ キャベツ しょうが	春雨 でんぷん さとう 小麦粉		
		豚キムチ	豚肉			はくさいキムチ もやし		油 ごま ごま油	
		ワンタンスープ			にんじん	はくさい コーン ねぎ	ワンタン		
10	木	ホットドック(フランクフル ト・キャベツ・ケチャップ) 牛乳	豚肉	牛乳		キャベツ	サンドイッチロールパン さとう		
		野菜のスープ	とり肉		にんじん	たまねぎ コーン マッシュルーム	じゃがいも		
11	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		なすみそメンチカツ	豚肉 みそ			なす たまねぎ	パン粉 さとう でんぷん 小麦粉	油	
		きゅうりのおかかあえ	かつお節		こまつな	きゅうり	さとう		
		けんちん汁	とり肉		にんじん	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ		ごま油	
14	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
		厚焼き玉子	卵				さとう でんぷん	油	
		即席漬				きゅうり 千切り大根漬		ごま	

			おもに 体をつくるもとになる食品		おもに 体の調子を整えるもとになる食品		おもに エネルギーのもとになる食品		
			1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群	
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚 海藻	緑黄色 野菜	その他の野菜 きのこ類 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 種実類	
15	火	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		厚揚げのそぼろ煮	豚肉 厚揚げ		にんじん	だいこん ねぎ しょうが	さとう でんぷん		
		たらの揚げ煮	たら			しょうが	でんぷん さとう	油	
		チンゲンサイのおひたし			チンゲンサイ	もやし	さとう	ごま	
16	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		ごぼう入 りつくね 3こ
		ごぼう入りつくね	とり肉 豚肉			たまねぎ ごぼう しょうが	でんぷん さとう		
		昆布あえ		塩昆布	にんじん	キャベツ			
		白みそ仕立てのみそ汁	とり肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん	えのきたけ だいこん ねぎ			
17	木	ジャージャー麺 牛乳	豚肉 豆みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ もやし たけのこ しょうが にんにく	中華めん さとう でんぷん	ごま油	
		しそ入り春巻き	とり肉		にんじん 大葉	たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが	春雨 でんぷん さとう 小麦粉 水あめ	油	
		中華炒め	ツナ			切干し大根 コーン		油	
18	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		和風ハンバーグ	とり肉 豚肉			たまねぎ	さとう でんぷん じゃがいも		
		こまつなのごまあえ			こまつな	もやし	さとう	ごま	
		五目汁	とり肉 うずら卵		にんじん	だいこん ねぎ			
24	木	ロールパン 牛乳		牛乳			ロールパン		
		ラタトゥイユ	とり肉		かぼちゃ トマト にんじんと	たまねぎ マッシュルーム むきえだまめ	さとう	油	
		オムレツ	卵				さとう でんぷん	油	
		フルーツポンチ	豆乳ゼリー			みかん 黄桃 りんごゼリー ぶどうゼリー ももゼリー	さとう		
25	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		ソース
		さといもコロッケ	とり肉 みそ	つきみこんだて お月見献立			さといも さとう パン粉 小麦粉 でんぷん	油	
		添え野菜			にんじん	キャベツ			
		うずら卵のすまし汁	とり肉 うずら卵		にんじん	ごぼう だいこん ねぎ			
28	月	ハヤシライス 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	麦ごはん じゃがいも ハヤシルー	油	
		グリーンサラダ	ハム			キャベツ きゅうり	さとう	オリーブ油	
29	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		さばのみそかけ	さば みそ			しょうが	さとう	油	
		大根サラダ		わかめ		だいこん コーン	さとう	ごま油 ごま	
		ふだま汁	かまぼこ		にんじん	えのきたけ だいこん ねぎ	焼き麴		
30	水	ジューシー 牛乳	豚肉 油揚げ	牛乳 糸昆布	にんじん	干しいたけ しょう が	アルファー化米 さとう	油	ぎょうざ 3こ
		揚げぎょうざ	豚肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	油	
		中華スープ	豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	ねぎ			

※食材の納入状況等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

給食回数 1 9 回

太字は愛知県産です。