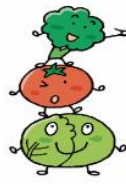




毎月19日は
「食育の日」
～お家でごはんの日～



献立予定表

(中学校)



2026年 6月分



21回

豊明市立学校給食センター

日	曜	はし	主な材料名 献立名	(赤) 主に体の組織をつくる		(緑) 主に体の調子を整える		(黄) 主にエネルギーになる		
				1群	2群	3群	4群	5群	6群	
				魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
1	月		ロールパン 牛乳 オムレツ ビーンズサラダ ミネストローネ	たまご 大豆 ベーコン	飲用牛乳				ロールパン さとう でんぷん じゃがいも マカロニ	油 サウザンドレッシング
2	火	○	きしめん 牛乳 みそきしめんの汁 とびうおのたつた揚げ ゆかりあえ	ぶた肉 焼きかまぼこ 油揚げ 赤みそ 白みそ とびうお	飲用牛乳	にんじん 小松菜 ゆかり粉	ねぎ えのきたけ しょうが キャベツ きゅうり		きしめん でんぷん さとう	油
3	水	○	白ごはん 牛乳 たこから揚げ パンパンジーサラダ ピリ辛スープ	たこ ささみ ぶた肉 とうふ	飲用牛乳	にんじん にんじん 小松菜	キャベツ きゅうり にんにく 白菜キムチ		米 米粉 でんぷん さとう でんぷん	油 白すりごま ねりごま ごま油
4	木	○	麦ごはん 牛乳 キムタクごはんの具 千草あえ けんちん汁	ぶた肉 油揚げ とうふ	飲用牛乳		白菜キムチ つぼづけ ねぎ キャベツ もやし こんにゃく ごぼう 大根 ねぎ しょうが		米 麦 さとう でんぷん	ごま油 油
5	金		ロウカット玄米ごはん 牛乳 ドライカレー 白身魚フライ ふくじんだレッシング	牛肉 ぶた肉 大豆 ほき	飲用牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ キャベツ 福神づけ		米 ロウカット玄米 パン粉 小麦粉 米粉 さとう	油 油 油
8	月	○	白ごはん 牛乳 めひかりフライ(3尾) 切干大根のしそひじきあえ とり団子汁	めひかり オイルツナ とり肉 ぶた肉 とうふ	飲用牛乳	小松菜 にんじん にんじん	切干大根 玉ねぎ 枝豆 コーン しょうが 大根 こんにゃく ねぎ		米 パン粉 小麦粉 パン粉 でんぷん さとう	油
9	火		サンドイッチロールパン 牛乳 セルフドッグ(焼きロングウインナー、 ゆで野菜、袋入りケチャップ) コーンスープ	ロングウインナー	飲用牛乳	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり ホールコーン クリームコーン 玉ねぎ		小麦粉 小麦粉	バター
11	木	○	麦ごはん 牛乳 肉じゃが いわし梅煮 ごまあえ	ぶた肉 いわし	飲用牛乳	にんじん さやいんげん ほうれんそう にんじん	玉ねぎ 糸こんにゃく 梅 キャベツ もやし		米 麦 じゃがいも さとう さとう でんぷん さとう	油 油 白いりごま
12	金		ロールパン 牛乳 あじフリッター(2個) ごぼうのサラダ ソーセージと野菜のスープ	あじ スキンレスウインナー	飲用牛乳	にんじん にんじん パセリ	ごぼう きゅうり ホールコーン キャベツ 玉ねぎ		ロールパン 小麦粉 でんぷん さとう 米粉 さとう	油 ごまドレッシング
15	月	○	麦ごはん 牛乳 つくね野菜包み キャベツとじゃこのあえ物 吉野汁	とり肉 とり肉 焼きかまぼこ	飲用牛乳	ちりめんじゃこ にんじん にんじん	ごぼう 玉ねぎ れんこん キャベツ もやし 大根 しょうが ねぎ		米 麦 里いも でんぷん さとう でんぷん	ごま油
16	火	○	ちゃんぽんめん 牛乳 長崎ちゃんぽんの汁 焼きぎょうざ(2個) きゅうりのごましょうゆ	ぶた肉 いか むきえび はんぺん ぶた肉	飲用牛乳	にんじん	キャベツ ねぎ 干しいたけ しょうが キャベツ 玉ねぎ にんにく きゅうり		ちゃんぽんめん さとう 小麦粉 さとう	油 ごま油 白いりごま ごま油
17	水	○	麦ごはん 牛乳 ぶた肉と大根の煮物 さば銀紙焼き 三色あえ	ぶた肉 はんぺん さば みそ	飲用牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん	大根 こんにゃく たくあんづけ		米 麦 さとう さとう 米粉 さとう	
18	木		ミルクロールパン 牛乳 デミグラスハンバーグ キャロットサラダ ラビオリスープ	ぶた肉 とり肉 ベーコン ぶた肉	飲用牛乳	にんじん にんじん パセリ	玉ねぎ ホールコーン 枝豆 玉ねぎ マッシュルーム		ミルクロールパン パン粉 でんぷん さとう さとう	油 油
19	金	○	大根葉ごはん 牛乳 にぎすいそペフライ キャベツの塩こんぶあえ	にぎす 塩こんぶ	飲用牛乳	大根葉 ほうれんそう	キャベツ 玉ねぎ ねぎ		米 パン粉 小麦粉 さとう	油 ごま油
愛知を食べる 学校給食の日			★蒲郡みかんゼリー						みかんゼリー	
22	月		コーンピラフ(アルファ化米) 牛乳 米粉のコロッケ コンソメスープ	とり肉 ぶた肉 牛肉 ベーコン	飲用牛乳	にんじん にんじん パセリ にんじん パセリ	ホールコーン 玉ねぎ マッシュルーム 玉ねぎ 玉ねぎ ズッキーニ		アルファ化米 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん	バター 油
23	火	○	白玉うどん 牛乳 五目うどんの汁 かみかみかきあげ きゅうりとわかめの酢の物	とり肉 焼きかまぼこ 油揚げ 大豆	飲用牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん	干しいたけ ねぎ えのきたけ 玉ねぎ きゅうり		白玉うどん さつまいも 小麦粉 でんぷん さとう	油
24	水		クロロールパン 牛乳 ポークビーンズ コーンサラダ メロンゼリーミックス	ぶた肉 ベーコン 大豆	飲用牛乳	にんじん トマトピューレ	玉ねぎ グリンピース ホールコーン キャベツ きゅうり 黄桃シロップづけ パインシロップづけ		クロロールパン じゃがいも さとう さとう	油
25	木	○	麦ごはん 牛乳 ぶた井の具 厚焼きたまご カリカリ梅あえ	ぶた肉 たまご かつお節	飲用牛乳		糸こんにゃく 玉ねぎ ねぎ キャベツ きゅうり 梅		米 麦 さとう さとう 小麦でんぷん	油
26	金		白ごはん 牛乳 絹ごし豆腐のレバーミンチみそ きんぴらごぼう 冷凍みかん	絹ごし豆腐 ぶた肉 ぶたレバー 赤みそ とり肉 焼きちくわ	飲用牛乳	にんじん	しょうが ごぼう こんにゃく 枝豆 みかん		米 さとう さとう	油
29	月		ドイツロールパン 牛乳 とりのハーブソース焼き グリーンサラダ ABCスープ	とり肉 ベーコン	飲用牛乳	バジル にんじん	オレガノ 枝豆 きゅうり キャベツ 玉ねぎ マッシュルーム ホールコーン		ドイツロールパン さとう でんぷん マカロニ	イタリアンドレッシング
30	火	○	麦ごはん 牛乳 キャベツ入りメンチカツ おひたし さつま汁	牛肉 ぶた肉 とり肉 赤みそ 白みそ	飲用牛乳	にんじん みつば にんじん	キャベツ 玉ねぎ もやし 干しいたけ 大根 ねぎ		米 麦 パン粉 さとう 小麦粉 コーンフラワー でんぷん さとう	油 じゃがいも

◎献立予定表は6つの食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は記載していません。 ★は、直接学校へ配送されるものです。
アレルギーについては「アレルギー対象食品使用献立一覧表(詳細な献立表)」をご確認ください。 <都合により献立内容が変わる場合があります。ご了承ください。>

☆給食に関する疑問や質問等ありましたら、お気軽に担当の方までお尋ねください。
豊明市立学校給食センター 中央調理場：電話0562-92-5730 (配送校：豊明小・中央小・沓掛小学校) 栄調理場：電話0562-97-3901 (配送校：栄小・二村台小・大宮小・三崎小・館小)