

| 2025年度 6月 |                            | 給食献立一覧表                    |                                                       | 献立B                                                |                                                | 北部給食センター<br>保育課 |              |  |  |
|-----------|----------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 日         | 曜<br>日                     | 献立名                        | 赤のグループ                                                | 緑のグループ                                             | 黄のグループ                                         | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) |                                                                                    |  |
|           |                            |                            | 主に体をつくるもとになる食品<br>魚・肉・卵・豆・豆製品<br>牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻 | 主に体の調子を整えるもとになる食品<br>色のこい野菜<br>その他の野菜・きのこ・果物       | 主にエネルギーのもとになる食品<br>米・パン・めん・いも・砂糖・菓子<br>油脂類・種実類 |                 |              |                                                                                    |  |
| 2月        |                            | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                                                  |                                                    | ごはん                                            | 508<br>17.5     |              |                                                                                    |  |
|           | 豆腐の中華煮                     | 豆腐・ぶた肉                     | たまねぎ・はくさい・にんじん                                        | じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油・ごま油                               |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 拌三絲（パンサンスー）                |                            | キャベツ・きゅうり・にんじん                                        | はるさめ・砂糖・ごま油                                        |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | ぎょうざ                       | 大豆・とり肉・ぶた肉                 | にら・キャベツ・たまねぎ                                          | 小麦粉・とうもろこしでん粉<br>キャッサバでん粉・ラード                      |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 3火        |                            | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                                                  |                                                    | ごはん                                            | 527<br>19.0     |              |                                                                                    |  |
|           | 肉じゃが                       | ぶた肉                        | たまねぎ・しらたき・にんじん                                        | じゃがいも・砂糖                                           |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | たくあんあえ                     |                            | キャベツ・たくあん漬・きゅうり                                       | ごま・砂糖                                              |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | めひかりフライ                    | めひかり                       |                                                       | 小麦粉・米ぬか油                                           |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 4水        |                            | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                                                  |                                                    | ごはん                                            | 547<br>24.3     |              |                                                                                    |  |
|           | けんちん汁                      | 豆腐・油揚げ・けずりぶし               | にんじん・根深ねぎ・ごぼう                                         |                                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | かみかみサラダ<br>◇和風ドレッシング       | とり肉（蒸）                     | キャベツ・きゅうり・切干しだいこん                                     | 砂糖・和風ドレッシング                                        |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | まぐろと大豆のみそがらめ               | まぐろ・大豆・豆みそ                 | しょうが                                                  | 米ぬか油・砂糖・じゃがいもでん粉・ごま                                |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 5木        |                            | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                                                  |                                                    | ごはん                                            | 460<br>17.4     |              |                                                                                    |  |
|           | すまし汁                       | 豆腐・けずりぶし                   | たまねぎ・にんじん・しめじ・みつば                                     |                                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 切干しだいこんのソース炒め              | ぶた肉・ちくわ・かつお節・あおのり          | キャベツ・切干しだいこん                                          | 米ぬか油                                               |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | さかなナゲット                    | 大豆・いか・あじ・たら・たちうお・いわし       | たまねぎ                                                  | 小麦粉・砂糖・大豆油                                         |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 6金        |                            | サンドイッチパンズ・飲用牛乳             | 飲用牛乳                                                  |                                                    | サンドイッチパンズ                                      | 485<br>19.7     |              |                                                                                    |  |
|           | コーンチャウダー                   | 牛乳・ショルダーベーコン・チーズ           | たまねぎ・スイートコーン・にんじん・パセリ                                 | じゃがいも・ベシヤメルソースの素・生クリーム                             |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | サラダ                        |                            | キャベツ・きゅうり・にんじん                                        | コールスロードレッシング                                       |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | ハンバーガー<br>◇中濃ソース（バーガー用）    | とり肉・ぶた肉                    |                                                       | じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉<br>砂糖・ラード                        |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 9月        |                            | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                                                  |                                                    | ごはん                                            | 523<br>20.3     |              |                                                                                    |  |
|           | とり肉と野菜のうま煮                 | とり肉・けずりぶし                  | たまねぎ・にんじん・さやいんげん                                      | じゃがいも・砂糖・米ぬか油                                      |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | いり大豆あえ                     | 油揚げ・大豆                     | キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん                                  | 砂糖                                                 |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 厚焼き卵                       | かつお・鶏卵・かつおだし               |                                                       | キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・パーム油                              |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 10火       |                            | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                                                  |                                                    | ごはん                                            | 454<br>16.2     |              |                                                                                    |  |
|           | あおさ汁                       | 豆腐・ミックスみそ・油揚げ<br>けずりぶし・あおさ | たまねぎ・にんじん・根深ねぎ                                        | じゃがいも                                              |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 青菜あえ                       |                            | キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉                                    |                                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | ししゃもフライ<br>◆ウスターソース        | 大豆・からふとししゃも                |                                                       | 小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油                                  |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 11水       |                            | 小型ロール・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                                  |                                                    | 小型ロール                                          | 522<br>20.0     |              |                                                                                    |  |
|           | ミートスパゲティ                   | ぶた肉                        | たまねぎ・トマト・にんじん・グリーンピース                                 | スパゲティ・米ぬか油                                         |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | ビーンズマセドアン<br>◇マヨネーズ風ドレッシング | 大豆                         | きゅうり・にんじん                                             | じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング                                 |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | チキンナゲット                    | 大豆・とり肉                     | にんにく                                                  | 小麦粉・とうもろこしでん粉<br>コーングリッツ・大豆油・なたね油<br>パーム油・ラード・米ぬか油 |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 12木       |                            | 麦ごはん・飲用牛乳                  | 飲用牛乳                                                  |                                                    | 麦ごはん                                           | 502<br>16.8     |              |                                                                                    |  |
|           | 中華飯                        | ぶた肉・いか                     | たまねぎ・はくさい・にんじん<br>もやし・チンゲンサイ                          | じゃがいもでん粉                                           |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 華風あえ                       | とり肉（蒸）                     | キャベツ・きゅうり                                             | はるさめ・砂糖・ごま油                                        |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 大学いも（2個）                   |                            |                                                       | さつまいも・米ぬか油・砂糖                                      |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 13金       |                            | ツイストパン・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                                  |                                                    | ツイストパン                                         | 504<br>17.4     |              |                                                                                    |  |
|           | パスタスープ                     | ベーコン                       | たまねぎ・キャベツ・にんじん                                        | じゃがいも・マカロニ                                         |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | コーンサラダ                     |                            | キャベツ・スイートコーン・きゅうり                                     | フレンチドレッシング                                         |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | ハンバーグ                      | 大豆・とり肉・ぶた肉                 | たまねぎ                                                  | とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉・ラード                             |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 16月       |                            | コーヒー牛乳の素                   |                                                       |                                                    | コーヒー牛乳の素                                       | 454<br>17.2     |              |                                                                                    |  |
|           | 麦ごはん・飲用牛乳                  | 飲用牛乳                       |                                                       | 麦ごはん                                               |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | わかめスープ                     | 豆腐・わかめ                     | たまねぎ・にんじん                                             |                                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | ビビンバ丼                      | ぶた肉                        | もやし・ほうれんそう・にんじん・しょうが                                  | 砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油                                     |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 17火       |                            | パイナップル                     |                                                       | パイナップル                                             |                                                | 556<br>21.0     |              |                                                                                    |  |
|           | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                       |                                                       | ごはん                                                |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 生揚げの卵とじ                    | 生揚げ・鶏卵・ぶた肉・けずりぶし           | たまねぎ・にんじん・さやいんげん                                      | じゃがいも・砂糖                                           |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | おひたし                       |                            | キャベツ・もやし・にんじん                                         | 砂糖                                                 |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 18水       |                            | あじフリッター                    | あじ・おきあみ・あおさ                                           |                                                    | 小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉<br>砂糖・大豆油・米ぬか油                | 555<br>21.3     |              |                                                                                    |  |
|           | 抹茶ふりかけ                     |                            |                                                       | 抹茶ふりかけ                                             |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | ごはん・飲用牛乳                   | 飲用牛乳                       |                                                       | ごはん                                                |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 豚汁                         | 豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし       | にんじん・だいこん・ごぼう・根深ねぎ                                    |                                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 19木       |                            | ひじきサラダ<br>◇マヨネーズ風ドレッシング    | ひじき                                                   | キャベツ・きゅうり・にんじん<br>スイートコーン                          | 砂糖・マヨネーズ風ドレッシング                                | 578<br>19.4     |              |                                                                                    |  |
|           | いわしのしょうが煮                  | いわし                        | しょうが                                                  | じゃがいもでん粉・砂糖                                        |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | 麦ごはん・飲用牛乳                  | 飲用牛乳                       |                                                       | 麦ごはん                                               |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           | カレーライス                     | ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳               | たまねぎ・にんじん・グリーンピース                                     | じゃがいも・カレールウ（甘口・辛口）                                 |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           |                            | チキンサラダ                     | とり肉（蒸）                                                | キャベツ・きゅうり・にんじん                                     | たまねぎドレッシング                                     |                 |              |                                                                                    |  |
|           | レモンポンチ                     |                            | 黄桃・パイナップル・みかん・レモン果汁                                   |                                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |

| 2025年度 6月 |    | 給食献立一覧表            |                                                       | 献立B                                          |                                                | 北部給食センター<br>保育課 |              |  |  |
|-----------|----|--------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 日         | 曜日 | 献立名                | 赤のグループ                                                | 緑のグループ                                       | 黄のグループ                                         | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) |                                                                                    |  |
|           |    |                    | 主に体をつくるもとになる食品<br>魚・肉・卵・豆・豆製品<br>牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻 | 主に体の調子を整えるもとになる食品<br>色のこい野菜<br>その他の野菜・きのこ・果物 | 主にエネルギーのもとになる食品<br>米・パン・めん・いも・砂糖・菓子<br>油脂類・種実類 |                 |              |                                                                                    |  |
| 20        | 金  | 米粉パン・飲用牛乳          | 飲用牛乳                                                  |                                              | 米粉パン                                           | 542<br>22.6     |              |                                                                                    |  |
|           |    | 焼きそば               | ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり                                       | キャベツ・にんじん                                    | 中華めん・米ぬか油                                      |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | ごぼうサラダ             |                                                       | ごぼう・もやし・きゅうり<br>にんじん・スイートコーン                 | ごまドレッシング                                       |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | 野菜入りしゅうまい          | 大豆・とり肉・ぶた肉                                            | にんじん・ほうれんそう・たまねぎ<br>とうもろこし                   | 小麦粉・砂糖・ラード                                     |                 |              |                                                                                    |  |
| 23        | 月  | ごはん・飲用牛乳           | 飲用牛乳                                                  |                                              | ごはん                                            | 575<br>16.1     |              |                                                                                    |  |
|           |    | 肉だんごのスープ           | 肉だんご                                                  | たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが                          | じゃがいもでん粉                                       |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | 野菜のみそ炒め            | ぶた肉・豆みそ                                               | キャベツ・たまねぎ・にんじん                               | 砂糖・ごま油                                         |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | 春巻き                | ぶた肉                                                   | にんじん・キャベツ・たまねぎ                               | 小麦粉・米粉・粉あめ・大豆油<br>ショートニング・ラード・米ぬか油             |                 |              |                                                                                    |  |
| 24        | 火  | 麦ごはん・飲用牛乳          | 飲用牛乳                                                  |                                              | 麦ごはん                                           | 558<br>20.4     |              |                                                                                    |  |
|           |    | 豚丼                 | ぶた肉                                                   | たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが                          | 砂糖・米ぬか油                                        |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | かんぴょうサラダ           |                                                       | キャベツ・きゅうり<br>スイートコーン・かんぴょう                   | ごまドレッシング・砂糖                                    |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | 豆腐しんじょ             | 大豆・いとよりだい・すけとうだら                                      | かぼちゃ・にんじん・たまねぎ・えだまめ                          | やまいも・キャッサバでん粉・なたね油                             |                 |              |                                                                                    |  |
| 25        | 水  | スライスパン・飲用牛乳        | 飲用牛乳                                                  |                                              | スライスパン                                         | 518<br>20.9     |              |                                                                                    |  |
|           |    | ポークビーンズ            | 大豆・ぶた肉・ベーコン                                           | たまねぎ・にんじん・グリーンピース                            | じゃがいも・砂糖                                       |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | サワーキャベツ            |                                                       | キャベツ・きゅうり・スイートコーン<br>にんじん・レモン果汁              | 砂糖                                             |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | ウインナー              | ウインナー                                                 |                                              |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | ブルーベリージャム          |                                                       | ブルーベリージャム                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
| 26        | 木  | ごはん・飲用牛乳           | 飲用牛乳                                                  |                                              | ごはん                                            | 496<br>19.1     |              |                                                                                    |  |
|           |    | かしわ汁               | 豆腐・とり肉・けずりぶし                                          | にんじん・根深ねぎ                                    |                                                |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | ゆかりあえ              |                                                       | キャベツ・もやし・きゅうり<br>にんじん・しそ（粉）                  | 砂糖                                             |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | かつおのミンチカツ          | かつお                                                   | しょうが・たまねぎ                                    | 小麦粉・砂糖・なたね油<br>とうもろこし油・米ぬか油                    |                 |              |                                                                                    |  |
| 27        | 金  | ごはん・飲用牛乳           | 飲用牛乳                                                  |                                              | ごはん                                            | 532<br>18.7     |              |                                                                                    |  |
|           |    | 豆乳のバランスみそ汁         | 豆腐・豆乳・米みそ・油揚げ・けずりぶし                                   | はくさい・だいこん・根深ねぎ                               | じゃがいも                                          |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | のり酢あえ              | まぐろ（油漬）・のり                                            | キャベツ・もやし・にんじん・レモン果汁                          | ごま・砂糖                                          |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | わんぱくじゃこ天           | ウインナー・ちりめんじゃこ                                         | たまねぎ・にんじん・根深ねぎ                               | 小麦粉・米ぬか油                                       |                 |              |                                                                                    |  |
| 30        | 月  | ごはん・飲用牛乳           | 飲用牛乳                                                  |                                              | ごはん                                            | 535<br>19.9     |              |                                                                                    |  |
|           |    | ふだま汁               | 豆腐・かまぼこ・けずりぶし                                         | にんじん・しめじ・みつば                                 | 豆玉ふ                                            |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | 和風サラダ<br>◇和風ドレッシング | まぐろ（油漬）                                               | キャベツ・きゅうり・にんじん                               | 和風ドレッシング                                       |                 |              |                                                                                    |  |
|           |    | レバーとこんにゃくの甘辛煮      | とり肉・とりレバー                                             | こんにゃく                                        | とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉<br>米ぬか油・砂糖                  |                 |              |                                                                                    |  |

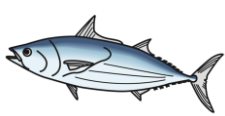
## 6月の目標「よくかんで食べよう」

### 豊田の農産物

- 米「大地の風」  
・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」  
・・・スライSPAN、ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」  
・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
- にんじん
- じゃがいも
- 茶・・・抹茶ふりかけ



### 今月の季節の食材



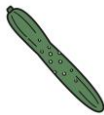
かつお



チンゲンサイ



さやいんげん



きゅうり



たまねぎ



じゃがいも

### 17日（火）愛知を食べる学校給食の日

豊田市や愛知県でとれた地場産物を使用した給食です。

ごはん・生揚げの卵とじ  
おひたし・抹茶ふりかけ



### 4日～10日 歯と口の健康週間【かみかみ献立】

給食では、かみごたえのある食品や  
歯を丈夫にする食品を取り入れています。



### たべまるのおすすめ

今月は、27日（金）の【のり酢あえ】まる。  
作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップして  
レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。



たべまる給食

検索

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから



※天候など、やむを得ない事情により、産地や献立が変更される場合があります。  
※牛乳の表記については、2種類になります。毎日つく「飲用牛乳」と調理に使用する「牛乳」です。

※食物アレルギーの原因食品の使用については「食物アレルギー原因食品一覧表」で御確認ください。  
※献立名にある◇◆のついたドレッシング・ソースは、配膳する時に使用します。