


実施日	特別献立の日	除去対象献立	献立名				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ
				こめ	たんぱく	野菜		
1 / 月			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		641	
			そぼろに	こんにやく、じゃがいも さとう、でんぷん	ぶたにく、なまあげ	にんじん、たまねぎ、グリーンピース		
			おこのみはんぺんのソースかけ		さかなすりみ、あおさ かつおぶし	キャベツ	26.1	
			やさいのドレッシングあえ(やさしいっぱいドレッシング)	ドレッシング		にんじん、キャベツ、きゅうり		
2 / 火			ミルクロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		633	
			ポークビーンズ	じゃがいも、さとう	ぶたにく、だいず	たまねぎ、にんじん、トマト グリーンピース		
			オムレツ		たまご		28.3	
			コールスローサラダ(コールスロードレッシング)	ドレッシング		キャベツ、きゅうり、とうもろこし		
3 / 水			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		614	
			マーボー豆腐	さとう、でんぷん、ごまあぶら	みそ、ぶたにく、とうふ	にんにく、しょうが、にんじん たまねぎ、たけのこ、ねぎ		
			しゅうまい(2)	しゅうまいのかわ	ぶたにく、とりにく	たまねぎ	27.0	
			くきわかめのちゅうかいため	ごまあぶら、ごま	くきわかめ ちりめんじゃこ	にんじん		
4 / 木			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		642	今月の全国ご当地給食は、岡山のデミカツ丼です。具とキャベツソースをご飯にのせて岡山のデミカツ丼にして食べましょう。
			さつまじる		とりにく、あぶらあげ みそ	にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ		
			おかやまのデミカツどんのぐ	なたねあぶら、パンこ でんぷん、ハヤシルウ、さとう	ぶたにく		24.1	
			キャベツソース	なたねあぶら		キャベツ		
			ミニりんごゼリー	さとう		りんご		
5 / 金			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		706	やみつききゅうりの作り方は裏面の二次元コードから確認できます。
			こうやどうとぶたにくのもの	こんにやく、さとう、でんぷん	ぶたにく、ちくわ こうやどうふ	にんじん、しいたけ、たまねぎ、ねぎ		
			コロッケ	なたねあぶら、じゃがいも パンこ、こむぎこ	ぶたにく、ぎゅうにゅう		27.1	
			やみつききゅうり	さとう、ごまあぶら		きゅうり、キャベツ、にんにく		
			かつおふりかけ	さとう、ごま	かつお、いわし			
8 / 月			ソフトめん ぎゅうにゅう	ソフトめん	ぎゅうにゅう		675	
			カレーソース	カレールウ	ぶたにく	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、エリンギ、パセリ	26.9	
			ひじきサラダ(わふうクリームドレッシング)	ドレッシング	ひじき	とうもろこし、えだまめ		
			*りんごヨーグルト		ヨーグルト	りんご		
9 / 火			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		603	
			なすのぶたじる		みそ、ぶたにく あぶらあげ、とうふ	なす、ねぎ、にんじん		
			あじフライ	なたねあぶら、パンこ でんぷん	あじ		25.7	
			しおこんぶあえ		こんぶ	キャベツ、きゅうり		
10 / 水			サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		622	恵田小学校のリクエストランチです。パンにスラッピージョーをはさんで食べましょう。
			コーンスープ	じゃがいも、ホワイトルウ	ベーコン、ぎゅうにゅう	にんじん、たまねぎ、とうもろこし パセリ		
			スラッピージョー	さとう、パンこ	ぶたにく	たまねぎ	23.1	
			フルーツゼリーミックス	さとう		もも、パインアップル		
11 / 木			むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ、むぎ	ぎゅうにゅう		667	具をご飯にのせて豚丼にして食べましょう。
			おすいもの		かまぼこ、とうふ	にんじん、えのきたけ、はくさい、ねぎ		
			ぶたどんのぐ	さとう	ぶたにく	しょうが、たまねぎ	24.9	
			チーズタルト	こむぎこ、さとう マーガリン	チーズ、ぎゅうにゅう たまご			
12 / 金			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		613	
			ホイコーロー	なたねあぶら、さとう でんぷん	みそ、ぶたにく	しょうが、にんにく、にんじん たけのこ、キャベツ、ピーマン		
			あげぎょうざ(2) きゅうりづけ	なたねあぶら、ぎょうざのかわ	ぶたにく	キャベツ きゅうり	22.4	
15 / 月			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		611	
			ツナじゃが	じゃがいも、こんにやく さとう	まぐろ	にんじん、たまねぎ、しょうが グリーンピース		
			ごぼういりつくね(2)		とりにく	ごぼう、たまねぎ	21.6	
			キャベツのあかしそあえ のりたまふりかけ	ごま、でんぷん	のり、たまご、けずりぶし	キャベツ、しそ		
16 / 火			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		630	
			おやこに	さとう	とりにく、かまぼこ たまご	にんじん、たまねぎ、ねぎ		
			いわしのうめに やさいのごまじょうゆあえ		いわし	うめ もやし、にんじん、きゅうり	27.1	

★ リクエストランチ・メニュー ● かみかみメニュー ◆ 行事食 ◇ 特別献立 ■ 全国ご当地給食 ■ 新献立 太字は岡崎産の食品 * 業者配送
 ●魚には骨が含まれます。気を付けて食べましょう。●卵 卵除去対応献立 ●乳 乳製品除去対応献立 (材料の都合により、献立を変更する場合があります。)
 材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、食物アレルギーチェックリストで確認してください。
 岡崎市の給食では、そば・落花生・キウイフルーツ・くるみ・カシューナッツ・ピスタチオ・ブラジルナッツ・ヘカナンナッツ・ヘーゼルナッツ・
 マカダミアナッツ・さんかんを使用していません。

実施日	特別献立の日	除去対象献立	献立名	食品			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ	
				(黄) おもにエネルギーになる食品	(赤) おもに体をつくる食品	(緑) おもに体の調子を整える食品			
17 /水			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		675		
			なまあげのちゅうかいため	さとう、でんぷん、ごまあぶら	ぶたにく、なまあげ	しょうが、たまねぎ、にんじん きくらげ、はくさい、チンゲンサイ			
			しおからあげ	なたねあぶら、ごまあぶら でんぷん	とりにく	レモン	29.0		
			コーンともやしのあえもの			もやし、とうもろこし、キャベツ			
18 /木			くろロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		639	愛知を食べる学校給食の日です。	
	乳		みそスローネ(バターいり)	オリーブオイル、バター	みそ、ぎゅうにく ぶたにく、だいず	なす、にんじん、トマト、みすな			
			めひかりフライ(2)(ソース)	なたねあぶら、パンこ こむぎこ	めひかり		25.6		
			アスパラソテー	なたねあぶら	ベーコン	キャベツ、とうもろこし グリーンアスパラガス			
			*がまごおりみかんゼリー	さとう		みかん			
19 /金			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		641		
			ソーセージとやさいのスープに	じゃがいも	ウインナー	にんじん、たまねぎ、とうもろこし、 キャベツ、パセリ			
			ミートボールのケチャップに(2)		とりにく	たまねぎ	21.6		
			メロン			メロン			
22 /月			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		601		
			ぶたにくとやさいのしょうがに	じゃがいも、こんにゃく さとう	ぶたにく、はんぺん	しょうが、にんじん、たまねぎ えだまめ			
			あつやきたまご		たまご		24.3		
			れんこんのうめおかかあえ		かつおぶし	れんこん、うめ			
23 /火			わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ	わかめ、ぎゅうにゅう		602		
			さわにわん		ぶたにく	ごぼう、にんじん、しいたけ たけのこ、だいこん、みつば			
			レバーとれんこんのアーモンドあえ	なたねあぶら、でんぷん さとう、アーモンド	とりレバー	れんこん	21.7		
			れいとうみかん			みかん			
24 /水			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		635	具をご飯にのせて 和風ビビンバにして 食べましょう。	
			つくねとやさいのさっぱり		とりにく	にんじん、とうがん、えのきだけ しょうが、はくさい			
			わふうビビンバのぐ	さとう	ぶたにく、ひじき	にんにく、しょうが、しいたけ きりぼしだいこん、ねぎ	25.6		
			わらびもち	さとう、でんぷん	きなこ				
25 /木			しらたまうどん ぎゅうにゅう	しらたまうどん	ぎゅうにゅう		660	きびなごのかりかり揚げは、今月の かみかみメニュー です。	
	卵		かきたまもろこしうどんのつゆ	でんぷん	とりにく、あぶらあげ かまぼこ、たまご	しいたけ、とうもろこし、はくさい ねぎ			
			きびなごのかりかり揚げ(2~3)	なたねあぶら、じゃがいも	きびなご		26.1		
			いんげんのごまドレッシングあえ(ごまドレッシング)	ごま、ドレッシング		もやし、さやいんげん			
			ココアぎゅうにゅうのもと	さとう、カカオ					
26 /金			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		604		
			みそしる	じゃがいも	みそ、わかめ	にんじん、はくさい、えのきだけ ねぎ			
			ハンバーグのおろしソースかけ	さとう	とりにく、ぶたにく だいず	たまねぎ、だいこん	22.0		
			ごぼうとえだまめのサラダ(シーザードレッシング)	ドレッシング	ベーコン	ごぼう、えだまめ			
29 /月			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		684		
			けんちんじる	ごまあぶら	とりにく、とうふ あぶらあげ	にんじん、しいたけ、だいこん ごぼう、ねぎ			
			さばのおかか	さとう、でんぷん	さば、かつおぶし		27.2		
		キャベツのカラフルあえ	ごま		キャベツ、やさしいふりかけ				
30 /火			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		734	童谷小学校のリク エストランチです。	
			にくだんごのインドに	じゃがいも、さとう ハヤシルウ、パンこ	とりにく、ぶたにく	たまねぎ、にんじん、パセリ			
			チキンナゲット(2)	なたねあぶら	とりにく		24.8		
			おからサラダ(マヨネーズ)	マヨネーズ	ベーコン、おから	えだまめ、とうもろこし			
<p>★ リクエストランチ・メニュー ● かみかみメニュー ◆ 行事食 ◇ 特別献立 ■ 全国ご当地給食 ■ 新献立 太字は岡崎産の食品 * 業者配送 ● 魚には骨が含まれます。気を付けて食べましょう。 卵 卵除去対応献立 乳 乳製品除去対応献立 (材料の都合により、献立を変更する場合があります。) 材料は、すべてに記載しているものではありません。アレルギー物質については、食物アレルギーチェックリストで確認してください。 岡崎市の給食では、そば・落花生・キウイフルーツ・くるみ・カシューナッツ・ヒスタチオ・ブラジルナッツ・ペカンナッツ・ヘーゼルナッツ・ マカダミアナッツ・きんかんを使用していません。</p>							平均	642	給食回数 22 回
							25.1		

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。材料の予定産地等、学校給食の情報を岡崎市のホームページに掲載しています。岡崎市ホームページサイト内検索「学校給食」で検索してください。

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」
 今月は「愛知を食べる学校給食の日」です。昨年度の学校給食メニューコンクールで最優秀賞に選ばれた北野小学校6年(受賞当時)の植松愛奈さんが考えた「みそスローネ」が登場します。

今月のおすすめレシピ
 やみつき
 きゅうり
 こちらから

