

実施日	特別献立の日	除去対象献立	献立名	 <small>(黄)</small> おもにエネルギーになる食品	 <small>(赤)</small> おもに体をつくる食品	 <small>(緑)</small> おもに体の調子を整える食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ
1 /月			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		674 25.1	やみつききゅうりの作り方は表面の二次元コードから確認できます。
			ツナじゃが	じゃがいも、こんにゃく、さとう	まぐろ	にんじん、たまねぎ、グリーンピース しょうが		
			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		
			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		
			のりたまふりかけ	ごま、でんぷん	のり、たまご、けずりぶし			
2 /火			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		668 24.9	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		
			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			
3 /水			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		648 25.2	
			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、ねぎ たまねぎ、だけのこと		
			あげぎょうざ(2)	なたねあぶら、ぎょうざのかわ	ぶたにく	キャベツ		
			くきわかめのちゅうかいいため	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			ミルクロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		633 28.3	
			ポークピーンズ	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			
			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		
5 /金			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		596 25.5	
			なすのぶたじる		みそ 、ぶたにく、とうふ あぶらあげ	なす 、にんじん、ねぎ		
			とうふ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		
			しおこんぶあえ		こんぶ	キャベツ 、きゅうり		
8 /月			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		601 23.2	
			さわにわん		ぶたにく	ごぼう、にんじん、しいたけ、だけのこと だいこん、みつば		
			わふうにくだんご(2)		とりにく	たまねぎ		
			きゅうりのあおじそあえ			きゅうり、しそ		
			*りんごヨーグルト		ヨーグルト	りんご		
9 /火			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		718 30.1	
		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		
			◆あじフライ	なたねあぶら、パンこ、でんぷん	あじ			
			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	にんじん、えだまめ		
			ココアぎゅうにゅうのもと	さとう、カカオ				
10 /水			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		616 21.7	
			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 だけのこと、 キャベツ 、ピーマン		
			チヂミ	こむぎこ	いか	にら、キャベツ		
			きゅうりづけ			きゅうり		
11 /木			むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ、むぎ	ぎゅうにゅう		625 20.9	
			ソーセージとやさいのスープに	じゃがいも	ウィンナー	にんじん、たまねぎ、とうもろこし キャベツ、パセリ		
			やさいたっぷりドライカレー	カレールウ	ぶたにく、ぎゅうにく	なす 、しょうが、にんにく、たまねぎ にんじん、えだまめ、トマト		
			れいとうみかん			みかん		
12 /金			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		592 23.5	
			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		
			◆いわしのうめ		いわし	うめ		
			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		
15 /月			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		631 24.3	れんこんの梅おかか和えは今月のかみかみメニューです。
			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		
			◆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			
			れんこんのうめおかかあえ		かつおぶし	れんこん、うめ		

★ 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・ピスタチオ・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。

実施日	特別献立の日	除去対象献立	献立名	黄 おにもエネルギーになる食品	赤 おにも体をつくる食品	緑 おにも体の調子を整える食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ
16 / 火	◆		くろロールパン	パン	ぎゅうにゅう		654	愛知を食べる学校給食の日です。
		乳	みそストローネ(バターいり)	オリーブオイル、バター	みそ、ぎゅうにく、だいず	なす、にんじん、トマト、みずな		
			とりにくのいちじくソースかけ	さとう	とりにく	いちじく、レモン		
			アスパラソテー	なたねあぶら	ベーコン	グリーンアスパラガス、とうもろこし		
		*がまごおりみかんゼリー	さとう		みかん	28.5		
17 / 水			ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		613	
		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			
		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			
		やさいのごまじょうゆあえ	ごま、ごまあぶら		もやし、とうもろこし、きゅうり			
18 / 木			ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		635	具をご飯にのせて和風ビンパにして食べましょう。
		つくねとやさいのさっぱりに		とりにく	にんじん、とうがん、えのきだけ			
		わふうビビンパのぐ	さとう	ぶたにく、ひじき	にんにく、しょうが、しいたけ、ねぎ			
		わらびもち	さとう、でんぷん	きなこ	きりほしだいこん			
19 / 金			ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		684	
		けんちんじる	ごまあぶら	とりにく、あぶらあげ	にんじん、しいたけ、だいこん、ごぼう			
		◆さばのおかか	さとう、でんぷん	さば、かつおぶし	ねぎ			
		キャベツのカラフルあえ	ごま		キャベツ、やさいふりかけ			
22 / 月			ソフトめん	ソフトめん	ぎゅうにゅう		611	
		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			
		グリーンポテト	じゃがいも		にんじん、エリンギ			
		メロン			パセリ			
		メロン			メロン	23.6		
23 / 火			わかめごはん	こめ	わかめ、ぎゅうにゅう		656	
		そばろに	こんにゃく、じゃがいも	ぶたにく、なまあげ	にんじん、たまねぎ、グリーンピース			
		ちくわのいそべあげ(2)	さとう、でんぷん	ちくわ、あおさ				
		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)	ごま、ごまあぶら	ドレッシング	にんじん、キャベツ、きゅうり			
24 / 水			ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		660	
	卵	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			
		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	とりレバー	れんこん			
		コーンともやしのあえもの	さとう、アーモンド		もやし、とうもろこし、キャベツ			
25 / 木	★		サンドイッチロールパン	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。
		乳	コンスープ	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		
			スラッピージョー	さとう、パンこ	ぶたにく	たまねぎ		
			フルーツゼリーミックス	さとう		もも、パインアップル		
26 / 金			ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		654	今月の全国ご当地給食は岡山のデミカツ丼です。ご飯に具とキャベツソースをのせてデミカツ丼して食べましょう。
		みそしる	じゃがいも	みそ、あぶらあげ、とうら	にんじん、えのきだけ、はくさい、ねぎ			
		おかやまのデミカツどんのぐ	なたねあぶら、パンこ、さとう	ぶたにく				
		キャベツソテー	なたねあぶら		キャベツ			
		ミニりんごゼリー	さとう		りんご	23.3		
29 / 月	★		ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		727	竜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	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)	パンこ	とりにく			
			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		
30 / 火			ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		590	
		こうやどとうぶたにくのもの	こんにゃく、さとう、でんぷん	ぶたにく、こうやどとうら	にんじん、しいたけ、たまねぎ、ねぎ			
		あつやきたまご		たまご				
		キャベツのあかしそあえ			キャベツ、しそ			
		こんぶとまっちゃんふりかけ	こめ	こんぶ	まっちゃん	25.8		
<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</p> <p>🐟 魚には骨が含まれます。気を付けて食べましょう。🚫 卵除去対応献立 🥛 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。)</p> <p>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。</p> <p>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・ペカンナッツ・ヘーゼルナッツ・マカダミアナッツ・きんかんを使用しません。</p>							641	給食回数 22 回
平均							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)の楠松愛奈さんが考えた「みそストローネ」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

