

実施日	特別献立の日の除去対象献立	献立名	献立名		エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	お知らせ		
			 おもにエネルギーになる食品	 おもに体をつくる食品				
1 / 月		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	616 23.0	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。	
		ツナじゃが		じゃがいも、こんにゃく、さとう	まぐろ			
		おこのみはんぺんのソースかけ			さかなずりみ、あおさかつおぶし			キャベツ
		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	ごめ	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			
		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	ごめ	ぎゅうにゅう	614 27.0		
		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			
		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
		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		ミルクロールパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう	661 28.3		
		ポークピーンズ		じゃがいも、さとう	ぶたにく、だいず			
		🍷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			
		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	ごめ	ぎゅうにゅう	615 24.5		
		なすのぶたじる		なたねあぶら、でんぷん、さとう、アーモンド	みそ、ぶたにく、あぶらあげ、とうふ			
		レバーとれんこんのアーモンドあえ		さとう、アーモンド	とりレバー			れんこん
		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	ごめ	ぎゅうにゅう	588 24.1		
		さわにわん			ぶたにく			
		🍷いわしのうめに			いわし			うめ
		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	684 27.1		
		🍳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			
		ちくわのいそべあげ(2)		こむぎこ、あぶら	ちくわ、あおさ			しいたけ、とうもろこし、はくさい、ねぎ
		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	ごめ	ぎゅうにゅう	613 22.4		
		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			
		あげぎょうざ(2)		なたねあぶら、ぎょうざのかわ	ぶたにく			しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、ピーマン
		きゅうりつけ						キャベツ、きゅうり
11 / 木		むぎごはん	ぎゅうにゅう	ごめ、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			
		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			にんじん、たまねぎ、とうもろこし、キャベツ、パセリ
		れいとうみかん						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
12 / 金		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	699 27.3		
		さつまじる			とりにく、あぶらあげ、みそ			
		🍷さばのおかか		さとう、でんぷん	さば、かつおぶし			にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ
		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	ごめ	ぎゅうにゅう	608 24.4	れんこんの梅おかかあ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			
		あつやきたまご			たまご			しょうが、にんじん、たまねぎ、えだまめ
		れんこんのうめおかかあえ			かつおぶし			れんこん、うめ
		こんぶとまっちゃんふりかけ		ごめ	こんぶ			まっちゃん

★ 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・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	除去対象献立	献立名	黄	赤	緑	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	ぎゅうにゅう	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、ぶたにく			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			キャベツ、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		
17 / 水			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	650		
			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
			チヂミ	こむぎこ		いが			にら、キャベツ
			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	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に			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、ねぎ きりぼしだいこん
			わらびもち	さとう、でんぷん		きなこ			
19 / 金			ごはん	ぎゅうにゅう	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。	
			けんちんじる	ごまあぶら		とりにく、あぶらあげ とうふ			にんじん、しいたけ、だいこん、ねぎ ごぼう
			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 でんぷん、ハヤシルウ		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		
22 / 月			ソフトめん	ぎゅうにゅう	ソフトめん	ぎゅうにゅう	611		
			カレーソース		カレールー	ぶたにく			にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、エリンギ
			グリーンポテト		じゃがいも				パセリ
			メロン						メロン
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	690		
			そばろに	こんじやく、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
			あじフライ	なたねあぶら、パンこ、でんぷん		あじ			
			やさいのドレッシングあえ(やさい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
24 / 水			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	603		
		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
			ごぼういりつくね(2)			とりにく			ごぼう、たまねぎ
			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
25 / 木			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。	
		乳	コーンスープ	じゃがいも、ホワイトルー		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
			フルーツゼリーミックス	さとう					もも、ハインアップル
26 / 金			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	636		
			みそしる	じゃがいも		みそ、あぶらあげ、とうふ			にんじん、えのきだけ、はくさい、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
			ごぼうとえだまめのサラダ(わふうクリームドレッシング)	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	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 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)						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	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	653		
			こうやどうとぶたにくのもの	こんじやく、さとう、でんぷん		ぶたにく、こうやどうふ			にんじん、しいたけ、たまねぎ、ねぎ
			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
			キャベツのあかしそあえ						キャベツ、しそ

★ 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・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。

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)の種松愛奈さんが考えた「みそストローネ」が登場します。

今月のおすすりレシピ
 やみつき
 きゅうり

こちらから