

実施日	特別献立の日	献立名				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		
1 / 月		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	604	お知らせ
		みそしる	じゃがいも	みそ、わかめ	にんじん、はくさい、えのきたけ、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		
		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		
2 / 火		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		
		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		
3 / 水		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	623	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。
		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)	なたねあぶら、ぎょうざのかわ	ぶたにく	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		
4 / 木		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	607	
		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		
		🐟 さばのみそに	さとう、みそ	さば			
		キャベツのカラフルあえ	ごま		キャベツ、やさいふりかけ		
5 / 金		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	677	
		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		
		れんこんのうめおかかあえ		かつおぶし	れんこん、うめ		
		のりたまふりかけ	ごま、でんぷん	たまご、のり、けずりぶし			
8 / 月		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	599	
		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		
		れいとうみかん			みかん		
9 / 火		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	643	
		こうやどうふとぶたにくのもの	こんにゃく、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		
		🐟 いわしのうめに		いわし	うめ		
		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		
10 / 水		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	734	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、パンこ、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)	なたねあぶら	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		
11 / 木		むぎごはん	ぎゅうにゅう	ごめ、むぎ	ぎゅうにゅう	634	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、とうがんと、えのきたけ、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、きりほしだいこん、ねぎ		
		わらびもち	さとう、でんぷん	きなこ			
12 / 金		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			
		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		
15 / 月		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	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丼のぐ	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			
		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	24.1		
16 / 火		ごはん	ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう	620	
		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		
		コーンともやしのいためもの	ごまあぶら	ベーコン	もやし、とうもろこし、キャベツ		

★ 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。  
 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	献立名	献立名			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	641	
		ソーセージとやさいのスープに		じゃがいも	ウィンナー		
		ミートボールのケチャップに(2)			とりにく	たまねぎ	
		メロン				メロン	
18 / 木		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		
		キャベツのあかしそあえ				キャベツ、しそ	
19 / 金	◇	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。
		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、だいず	なす、にんじん、トマト、みずな	
		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		
		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	
22 / 月		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	668	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		
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	606	
		なすのぶたじる			みそ、ぶたにく、あぶらあげ、とうふ	なす、にんじん、ねぎ	
		めひかりフライ		なたねあぶら、パンこ、てんぷん	あじ		
		しおこんぶあえ			こんぶ	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	623	
		マーボー豆腐		さとう、てんぷん、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	
		ごぼう入りつくね(2)			とりにく	ごぼう、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	
25 / 木		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	692	
		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	
		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、ぎゅうにく		
		やさいのごまじょうゆあえ		ごま、ごまあぶら		もやし、にんじん、きゅうり	
26 / 金	★	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	
		フルーツゼリーミックス		さとう		もも、パインアップル	
29 / 月		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	623	
		そばろに		こんにゃく、じゃがいも、さとう、てんぷん	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	
		きゅうりづけ				きゅうり	
30 / 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	660	きびなごのかりかり揚げは、今月のみかみメニューです。
		かきたまもろこしうどんのつゆ		てんぷん	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あげ(2~3)		なたねあぶら、じゃがいも	きびなご		
		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				

★ リクエストランチ・メニュー ◎ かがみメニュー ◆ 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。

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。

毎月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

