



# 令和 6年 6月 分 献 立 予 定 表



今年度は町で1食小学生40円、中学生50円を負担して子育て世帯を応援します。

毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こ ン だ て め い	体をつくるもとになる食品		体の調子をととのえるもとになる食品		エネルギーのもとになる食品		小	中		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実				
3月		むぎごはん	牛乳	牛乳			麦ごはん		650	811		
		カレー	豚肉		にんじん	玉ねぎ エリンギ にんにく りんご	じゃがいも	油				
		ツナサラダ(イタリアンドレッシング)	ツナ			きゅうり キャベツ とうもろこし		ドレッシング	21.9	26.3		
		れいとうみかん				みかん						
4火		<b>歯と口の健康週間(~10日)</b>										
		きなこあげパン	きな粉	牛乳			パン 砂糖	油	665	820		
		イタリアンスパゲティ	豚肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ	スパゲティ	オリーブ油				
		まめまめサラダ(ノンエッグマヨネーズ)	ツナ 赤いんげん豆 ひよこ豆 大豆 マローファットビーンズ			枝豆 キャベツ		ノンエッグマヨネーズ	25.5	30.3		
5水		ごはん	牛乳	牛乳			ごはん					
		さんまぎんがみやき	さんま みそ				砂糖					
		ごもくきんぴら	鶏肉 さつま揚げ		にんじん	ごぼう 枝豆	砂糖	油	22.5	27.4		
		ぶたじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ねぎ 大根	じゃがいも					
6木		ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		610	788		
		しらすとうめごはんのぐ	かつお節	しらす干し	梅 赤しそ	きゅうり						
		いかフライのみそだれかけ	いか みそ				パン粉 小麦粉 砂糖 でんぷん	油	25.6	33.2		
		ちくげんに	鶏肉 ちくわ		にんじん	ごぼう れんこん たけのこ こんにゃく 干し椎茸	砂糖	油				
7金		ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		666	844		
		ぶたどん	豚肉 かまぼこ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ こんにゃく	砂糖	油				
		いわしのしょうがに	いわし			生姜	砂糖		26.4	31.9		
		きりぼしだいこんのあまずあえ	鶏肉		にんじん	切り干し大根 キャベツ とうもろこし	砂糖	油 ごま				
10月		むぎごはん	牛乳	牛乳			麦ごはん		664	838		
		たことごぼうのあまから	たこ			ごぼう	小麦粉 でんぷん 砂糖 米粉	油				
		なまあげのちゅうかに	生揚げ 豚肉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 生姜	砂糖 でんぷん		27.7	33.4		
		ナムル	ハム		小松菜 にんじん	大豆もやし	砂糖	ごま油				
11火		むぎごはん	牛乳	牛乳			麦ごはん		637	805		
		あつやきたまご	卵				砂糖					
		じゃがいものそばろに	豚肉 さつま揚げ		にんじん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	25.8	30.8		
		ツナとやさいのあえもの	ツナ			キャベツ もやし とうもろこし	砂糖					
12水		スライスパン	牛乳	牛乳			パン		676	837		
		ハンバーグのケチャップソースかけ	鶏肉 豚肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん	油				
		えだまめとにんじんのサラダ	ツナ		にんじん	枝豆 キャベツ	砂糖	油	28.3	34.8		
		オニオンスープ	ソーセージ		にんじん パセリ	玉ねぎ はくさい エリンギ とうもろこし						
		だいちチョコクリーム	大豆	スキムミルク			砂糖	油				
13木		ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		643	818		
		さばのあまずあんかけ	さば		ピーマン	玉ねぎ	砂糖 でんぷん	油				
		パンパンジーサラダ	鶏肉			キャベツ きゅうり		油 ドレッシング	26.8	32.2		
		とうふとわかめのスープ	豚肉 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	ねぎ もやし						
14金		ちゅうかめん	牛乳	牛乳			中華めん		695	807		
		たけとよままりラーメンスープ	豚肉 かまぼこ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ もやし						
		キャベツいりメンチカツ	豚肉			キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉	油	29.8	34.7		
		チキンサラダ(ごみドレッシング)	鶏肉			きゅうり キャベツ とうもろこし		油 ドレッシング				
17月		ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		648	803		
		そばろごはんのぐ	豚肉 卵			生姜 枝豆	砂糖	油				
		ごぼうとひじきのごまヨアえ (ノンエッグマヨネーズ)	ツナ	ひじき	にんじん	ごぼう とうもろこし	砂糖	ごま ノンエッグマヨネーズ	25.2	30.2		
		みだくさんじる	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	じゃがいも					
18火		くろロールパン	牛乳	牛乳			パン		636	797		
		さけのバジルやき	さけ		バジル	にんにく	でんぷん	油				
		チキンとやさいのマリネ	鶏肉		バジル	きゅうり キャベツ とうもろこし レモン	砂糖	油 オリーブ油	35.7	41.1		
		えだまめスープ	ベーコン	牛乳 生クリーム	にんじん	玉ねぎ 枝豆 とうもろこし エリンギ						



# 令和 6年 6月 分 献 立 予 定 表



今年度は町で1食小学生40円、中学生50円を負担して子育て世帯を応援します。

毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こ ん だ て め い	体をつくるもとになる食品		体の調子をととのえるもとになる食品		エネルギーのもとになる食品		小	中	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			エネルギー (kcal)
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実			たんぱく質 (g)
<b>愛知を食べる学校給食の日</b>											
19	水	あいちのだいこんばごはん	牛乳	牛乳	大根菜		ごはん		663	845	
		れんこんサンドフライ	鶏肉			れんこん 玉ねぎ 干し椎茸	パン粉 小麦粉	油			
		かりもりとキャベツのあえもの	鶏肉		にんじん	キャベツ かりもり	砂糖	油			
		あかもくじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	あかもく	にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	じゃがいも		23.6	29.0	
		がまごおりみかんゼリー				みかん	砂糖				
20	木	むぎごはん	牛乳	牛乳			麦ごはん		671	851	
		ハッシュドポーク	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	砂糖	油			
		ハムステーキ	ハム					油	29.0	35.5	
		キャロットラペ	ツナ		にんじん バジル	枝豆 レモン	砂糖	オリーブ油			
21	金	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		679	857	
		マーボー豆腐	豆腐 豚肉 みそ		ねぎ にんじん	ねぎ 玉ねぎ 生姜	砂糖	でんぷん			
		はるまき	豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	小麦粉	油 ごま油	24.1	29.2	
		ちゅうかサラダ	ハム			きゅうり もやし とうもろこし	春雨 砂糖	ごま油			
24	月	わかめごはん	牛乳	牛乳 わかめ			ごはん		658	803	
		ししゃもフライのソースかけ (小1.2年1尾小3~2尾)	ししゃも				パン粉 小麦粉 砂糖	でんぷん 油			
		どさんこじる	豚肉 豆腐 みそ	わかめ	にんじん ねぎ	ねぎ とうもろこし	じゃがいも		25.3	29.3	
		アーモンドあえ	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖	アーモンド			
25	火	あいちのこめこパン	牛乳	牛乳			パン		656	796	
		とりにくのパーベキューソースかけ	鶏肉			レモン にんにく りんご	砂糖	でんぷん	油		
		コーンたまごスープ	ベーコン 卵		にんじん パセリ	玉ねぎ とうもろこし	でんぷん		31.6	36.8	
		フルーツのソーダゼリーあえ				もも パイナップル みかん レモン	砂糖				
26	水	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		688	835	
		スープカレー	鶏肉		にんじん 赤ピーマン	玉ねぎ エリンギ にんにく とうもろこし れんこん なす	砂糖	油			
		だいちずいりナゲット(2こ)	鶏肉 大豆		にんじん			油	25.4	28.9	
		かいそうサラダ(あおじそドレッシング)	ツナ	わかめ 茎わかめ 昆布 とさかのり ふのり		きゅうり キャベツ	ドレッシング				
27	木	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		653	830	
		レバーいりつくね(小2こ中3こ)	鶏肉			玉ねぎ	でんぷん 砂糖	ごま			
		ぶたにくとだいこんのもの	豚肉 さつま揚げ		にんじん いんげん	大根 こんにやく 干し椎茸	砂糖	油	25.2	30.6	
		やさいのおかかあえ	かつお節		小松菜 にんじん	もやし とうもろこし	砂糖				
28	金	ヨーグルト		ヨーグルト							
		ソフトめん	牛乳	牛乳			ソフトめん		659	818	
		なすいりミートソース	豚肉 大豆		にんじん	玉ねぎ エリンギ なす	砂糖	油			
		コールスローサラダ				とうもろこし きゅうり キャベツ		ドレッシング	23.9	29.0	
		れいとうみかん			みかん						

※加工食品の食材は、主な原料を表記しています。

※物資の都合により、献立を変更する場合があります。

給食予定 20回

平均値	658	821
	26.8	32.2
基準値	650	830
	26.0	34.0

## 給食だより



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」

「食べる力」=「生きる力」を育みましょう

「人生100年時代」といわれるようになりました。生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につける必要があります。特に、子どもたちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。

## 食育で育てたい「食べる力」

**1** 心と身体の健康を維持できる

**2** 食事の重要性や楽しさを理解する

**3** 食べ物の選択や食事づくりができる

**4** 一緒に食べたい人がいる(社会的)

**5** 日本の食文化を理解し伝えることができる

**6** 食べ物やつくる人への感謝の心

## 6月に使う地元産の食材

〈武豊町〉 みそ 卵 玉ねぎ きゅうり なす  
 〈知多半島〉 小松菜 キャベツ 豆腐 かりもり  
 〈愛知県〉 米 牛乳 豚肉 しらす干し 大根 じゃがいも

## 安全においしく給食を食べるために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全においしく食べるために、以下のことに気をつけましょう。

## 食べるときに「注意」が必要な食品

**球形のもの・つるつるしたもの**

ぶどう うすらの卵  
ミニトマト さくらんぼ 白玉団子

**粘着性が高いもの・だ液を吸うもの**

ご飯 もち パン  
さつまいも