

令和8年

6月分給食献立表

岡崎市東部学校給食センター

小学校

実施 日	特別 献立 の日	除 去 対 象 献 立	献立名	 (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	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		641	
			そばろに	こんにゃく、じゃがいも さとう、でんぶ	ぶたにく、なまあげ	にんじん、たまねぎ、グリーンピース		
			おこのみはんべんのソースかけ		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		
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		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、でんぶ、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	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 でんぶ、ハヤシルワ、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	こんにゃく、さとう、でんぶ	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		
			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	26.9	
			*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 でんぶ	あじ		25.7	
			しおこんぶあえ		こんぶ	キャベツ、きゅうり		
10 /水	★	乳	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 でんぶ	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	22.4	
			きゅうりづけ			きゅうり		
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、こんにゃく 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	ごぼう、たまねぎ	21.6	
			キャベツのあかしそあえ			キャベツ、しそ		
16 /火			のりたまふりかけ	ごま、でんぶ	のり、たまご、けずりぶし			
			ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		630	
	卵		おやこに	さとう	とり	にんじん、たまねぎ、ねぎ		
			いわしのうめに		いわし	うめ	27.1	
			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		

★ 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。

令和8年

6月分給食献立表

岡崎市東部学校給食センター

小学校

実施日	特別献立の日	除去対象献立	献立名	(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	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ
17 / 水			ごはん なまあげのちゅうかいため しおからあげ コーンともやしのあえもの	ごはん さとう、でんぷん、ごまあぶら なたねあぶら、ごまあぶら でんぷん	ごはん ぶたにく、なまあげ とりにく	ごはん 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 レモン もやし、とうもろこし、キャベツ	675 29.0	
18 / 木	◆	乳	くろロールパン みそストローネ(バターいり) めひかりフライ(2)(ソース) アスパラソテー *がまごおりみかんゼリー	パン オリーブオイル、バター なたねあぶら、パンこ こむぎこ なたねあぶら さとう	ごはん ごはん めひかり ベーコン さとう	ごはん なす、にんじん、トマト、みずな キャベツ、とうもろこし グリーンアスパラガス みかん	639 25.6	愛知を食べる学校給食の日です。
19 / 金			ごはん ソーセージとやさいのスープに ミートボールのケチャップに(2) メロン	ごはん じゃがいも さとう	ごはん ウインナー とりにく	ごはん にんじん、たまねぎ、とうもろこし、 キャベツ、パセリ たまねぎ メロン	641 21.6	
22 / 月			ごはん ぶたにくとやさいのしょうがに あつやきたまご れんこんのうめおかかあえ	ごはん じゃがいも、こんにゃく さとう	ごはん ぶたにく、はんぺん たまご かつおぶし	ごはん しょうが、にんじん、たまねぎ えだまめ れんこん、うめ	601 24.3	
23 / 火			わかめごはん さわにわん レバーとれんこんのアーモンドあえ れいとうみかん	ごはん なたねあぶら、でんぷん さとう、アーモンド さとう	ごはん わかめ、ごはん ぶたにく とりレバー	ごはん ごぼう、にんじん、しいたけ だけのこ、だいこん、みつば れんこん みかん	602 21.7	
24 / 水			ごはん つくねとやさいのさっぱり わふうビビンバのぐ わらびもち	ごはん さとう さとう、でんぷん	ごはん ごはん ぶたにく、ひじき きなこ	ごはん にんじん、とうがん、えのきだけ しょうが、はくさい にんにく、しょうが、しいたけ きりぼしだいこん、ねぎ	635 25.6	具をご飯にのせて 和風ビビンバにし て食べましょう。
25 / 木	◎	卵	しらたまうどん かきたまもろこしうどんのつゆ きびなごのかりかりあげ(2~3) いんげんのごまドレッシングあえ(ごまドレッシング) ココアぎゅうにゅうのもと	しらたまうどん でんぷん なたねあぶら、じゃがいも ごま、ドレッシング さとう、カカオ	ごはん ごはん きびなご さとう	ごはん しいたけ、とうもろこし、はくさい ねぎ もやし、さやいんげん	660 26.1	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。
26 / 金			ごはん みそしる ハンバーグのおろしソースかけ ごぼうとえだまめのサラダ(シーザードレッシング)	ごはん じゃがいも さとう ドレッシング	ごはん みそ、わかめ とりにく、ぶたにく だいず ベーコン	ごはん にんじん、はくさい、えのきだけ ねぎ たまねぎ、だいこん ごぼう、えだまめ	604 22.0	
29 / 月			ごはん けんちんじる さばのおかか キャベツのカラフルあえ	ごはん ごまあぶら さとう、でんぷん ごま	ごはん とりにく、とうふ あぶらあげ さば、かつおぶし	ごはん にんじん、しいたけ、だいこん ごぼう、ねぎ キャベツ、さやいんげん	684 27.2	
30 / 火	★		ごはん にくだんごのインドに チキンナゲット(2) おからサラダ(マヨネーズ)	ごはん じゃがいも、さとう ハヤシルウ、パンこ なたねあぶら マヨネーズ	ごはん とりにく、ぶたにく とりにく ベーコン、おから	ごはん たまねぎ、にんじん、パセリ えだまめ、とうもろこし	734 24.8	竜谷小学校のリクエストランチです。
★ 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。							平均 642 25.1	給食回数 22 回

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)の植松愛菜さんが考えた「みそストローネ」が登場します。

