令和7年度6月分　学校給食予定献立表

碧南市第２学校給食センター

日曜	献立名	赤 体をつくるもとになる食品 1群 魚・肉・卵 大豆製品	赤 2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑 体の調子を整える食品 3群 緑黄色野菜	緑 4群 その他の野菜・果物・きのこ	黄 エネルギーのもとになる食品 5群 米・パン・めん いも・砂糖	黄 6群 油・種実	エネルギー kcal 中学校 小学校
2 月	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		768
	『きびなごの唐揚げ』	きびなご				でんぷん	あぶら	585
	ビビンバ	**ぶたにく**		ほうれんそう **にんじん**	もやし　かんぴょう　にんにく	さとう	ごまあぶら　ごま	
	トック	ハム		**にんじん**　はねぎ	たけのこ　**たまねぎ**　はくさい　きくらげ	トック	あぶら	
3 火	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		808
	碧南どんぶり 地場産物	**とりにく**　えび　たまご		**にんじん　みつば**	**たまねぎ**	さとう		622
	野菜はんぺんのてん茶風味	やさいはんぺん		**てんちゃ**				
	じゃがいものしゃきしゃき炒め	ハム		あかピーマン	しょうが	じゃがいも　さとう	あぶら	
4 水	白玉うどん　牛乳 郷土料理		**ぎゅうにゅう**			**しらたまうどん**		778
	みそ煮込みうどんの汁 地場産物	**ぶたにく**　なまあげ　**みそ**		**にんじん**　はねぎ	はくさい　**だいこん**	さとう		610
	鶏肉と赤しその白だし風味焼き	とりにく		**あかしそ**			ごまあぶら	
	煮浸し	ツナ かつおぶし		**チンゲンサイ**	もやし	さとう		
	『乾燥小魚』		いわし					
5 木	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		781
	炒り豆腐	**とりにく**　かまぼこ　とうふ		**チンゲンサイ　にんじん**　いんげん	**たまねぎ**　きくらげ	さとう	あぶら	599
	じゃがいもの赤しそ唐揚げ 地場産物			**あかしそ**		じゃがいも	あぶら	
	塩昆布あえ		こんぶ		**キャベツ　きゅうり**			
6 金	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		789
	枝豆カレー	**ぶたにく**		**にんじん**	えだまめ　**たまねぎ**　にんにく	じゃがいも		616
	ハンバーグ	とりにく　ぶたにく			たまねぎ　じゃがいも	さとう　でんぷん	あぶら	
	海そうサラダ		くきわかめ　わかめ　いとかんてん　さくらそう		**キャベツ　きゅうり**　とうもろこし			
	青じそドレッシング							
9 月	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		850
	さばの銀紙焼き	さば　みそ				さとう		655
	鶏肉と大豆のうま煮 地場産物	**とりにく**　はんぺん　**だいず**		**にんじん**　いんげん	**たまねぎ　だいこん**	じゃがいも　さとう		
	チンゲンサイのごまあえ			**チンゲンサイ　にんじん**	**キャベツ**	さとう	ごま	
10 火	サンドイッチロールパン　牛乳		**ぎゅうにゅう**			パン		790
	チキン南蛮	とりにく				さとう		645
	カラフルサラダ			あかピーマン　きピーマン	キャベツ			
	田園スープ	ベーコン		**にんじん**	はくさい　**たまねぎ**　セロリ	じゃがいも		
	コールスロードレッシング						ドレッシング	
	タルタルソース	たまご			ピクルス		あぶら	
11 水	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		846
	ちくわのてん茶炒め 地場産物	ちくわ　ツナ		**てんちゃ**	**れんこん**　とうもろこし　しょうが	さとう	あぶら	649
	碧南かきあげ		**しらすぼし**	**にんじん　あかしそ**	**たまねぎ**	**こむぎこ**	あぶら	
	かみなり汁	とうふ　**あぶらあげ　みそ**		**にんじん**　いんげん	こんにゃく	じゃがいも	あぶら	
12 木	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		786
	『えびの唐揚げ』	えび				でんぷん	あぶら	606
	かぼちゃのそぼろ煮	**だいず**		かぼちゃ		さとう		
	沢煮椀	**ぶたにく**　なまあげ		**にんじん　こまつな**	たけのこ　もやし　ほししいたけ			
	ひじきのり佃煮		のりつくだに					
へきなん赤しその日	**赤しそを「JAあいち中央 碧南しょうが・しそ部会」から無償提供していただきま**							
13 金	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		798
	さわらの赤しそ甘酢あんかけ 地場産物	さわら		**あかしそ**		さとう　でんぷん	あぶら	629
	ピリ辛なべ	**ぶたにく**　とうふ		**にんじん**　はねぎ	はくさい　**だいこん**　しめじ　**たまねぎ**			
	おひたし			**チンゲンサイ　にんじん**	もやし	さとう		
16 月	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		832
	みそかつ 郷土料理	ぶたにく　みそ			しょうが	さとう　パンこ　でんぷん	あぶら　ごま	702
	野菜のきんぴら	はんぺん		**にんじん**　いんげん	**だいこん　れんこん**	さとう	あぶら	
	花ふ汁	とうふ		**こまつな**	**たまねぎ**　たけのこ　ほししいたけ	はながたやきふ		

きびなごは、幼3～4本、小4～5本、中6～7本を目安に配膳してください（かさで分けていますので、数は丁度ではありません）。

鶏肉と赤しその白だし風味焼きは、昨年度のクッキングコンテストの受賞料理をアレンジしました。食育だよりにレシピが載っています！

じゃがいもの赤しそ唐揚げは、新しいメニューです。地場産物の赤しそで味付けします。

令和7年度6月分　学校給食予定献立表

碧南市第２学校給食センター

日曜	献立名	赤 体をつくるもとになる食品 1群 魚・肉・卵 大豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑 体の調子を整える食品 3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	黄 エネルギーのもとになる食品 5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油・種実	エネルギー kcal 中学校 小学校
17 火	わかめご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう** わかめ			**こめ**		785
	ニギスフライ 地場産物	**ニギス**				パンこ　こむぎこ	あぶら	611
	ピーマンのカラフル炒め	ベーコン		ピーマン　あかピーマン きピーマン	ごぼう　しょうが	さとう	オリーブあぶら	
	じゃがいものすまし汁	とうふ　かまぼこ		**にんじん**	**キャベツ**　ほししいたけ	じゃがいも		
18 水	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		810
	鶏肉とえんどう豆のマヨネーズグラタン風	とりにく　かつおぶし	チーズ　なまクリーム		えんどうまめ		ノンエッグマヨネーズ	624
	『茎わかめの炒め煮』 地場産物		**しらすぼし**　くきわかめ			さとう	ごまあぶら　ごま	
	冬瓜と鶏肉団子の味わい汁	**とりにく**		**こまつな　にんじん**	**とうがん　たまねぎ**	さとう　でんぷん		
	愛知を食べる学校給食の日　詳しくは、食育だよりを見てください！！							
19 木	**ご飯　牛乳**		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		750
	あいちぶたのサマーソース	**ぶたにく**		トマト	とうもろこし　えだまめ			590
	チンゲンサイのぴり辛サラダ 地場産物			**チンゲンサイ**	もやし　**きゅうり**　にんにく	さとう	ごまあぶら	
	碧南新玉ねぎのみそ汁	なまあげ　**みそ**		**にんじん　みつば**	**たまねぎ**　えのきたけ			
	蒲郡みかんゼリー				**みかん**	さとう		
20 金	スライスパン　牛乳		**ぎゅうにゅう**			パン		840
	碧南焼きそば 郷土料理	**ぶたにく**　ちくわ	**しらすぼし　あおのり**	**にんじん**	**キャベツ　たまねぎ**　しょうが	ちゅうかめん	あぶら	654
	肉団子のケチャップ煮	とりにく		いんげん	しめじ　たまねぎ	さとう　でんぷん	あぶら	
	フルーツポンチ				みかん　もも　パインアップル			
23 月	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		812
	コーンしゅうまい（２個）	ぶたにく			とうもろこし　たまねぎ	パンこ　こむぎこ さとう　しゅうまいのかわ		608
	マーボーピーマン	**ぶたにく**　とうふ みそ		あかピーマン　きピーマン　ピーマン　**にんじん**　はねぎ	**たまねぎ**　きくらげ　にんにく　しょうが	さとう　でんぷん	あぶら	
	きゅうりの中華あえ			**にんじん**	**きゅうり**　もやし	さとう	ごまあぶら	
24 火	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		796
	いかフライのレモン煮	いか			レモン	さとう　パンこ　こむぎこ	あぶら	630
	五目煮豆	**だいず**	こんぶ	**にんじん**	こんにゃく　ごぼう	さとう		
	魚そうめん汁	**とりにく**　さかなそうめん		**チンゲンサイ　にんじん**	**キャベツ**　えのきたけ			
25 水	ロールパン　牛乳		**ぎゅうにゅう**			パン		874
	さけのカレームニエル風	さけ				**こむぎこ**	オリーブあぶら	644
	グリーンサラダ			**グリーンアスパラガス**	**キャベツ**　とうもろこし			
	ミネストローネ	ベーコン		**にんじん**　パセリ　トマト	**たまねぎ**　にんにく	ひよこまめ　えんどうまめ　いんげんまめ　じゃがいも	オリーブあぶら	
	ごまドレッシング						ドレッシング	
26 木	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		794
	鶏肉とレバーの揚げ煮	レバー　とりにく			にんにく　しょうが	さとう　でんぷん	あぶら	602
	夏の野菜炒め	ツナ		**チンゲンサイ**　トマト きピーマン	とうもろこし	さとう　でんぷん	あぶら	
	もずくの中華スープ	なると	もずく	**にんじん**　はねぎ	もやし　**たまねぎ**			
27 金	麦ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**　おおむぎ		890
	カラフル洋風チキン丼の具	**とりにく**		ピーマン　きピーマン あかピーマン	**たまねぎ**		あぶら	699
	ソフトカレイフライ	カレイ				パンこ　こむぎこ でんぷん	あぶら	
	パンプキンスープ	ベーコン　とうにゅう		かぼちゃ　**にんじん**	**たまねぎ**　えだまめ　しめじ			
30 月	ご飯　牛乳		**ぎゅうにゅう**			**こめ**		864
	肉丼	**ぶたにく**　なまあげ		**にんじん**　いんげん	こんにゃく　**キャベツ**　**たまねぎ**　たけのこ　ほししいたけ	さとう		673
	枝豆コロッケ				えだまめ　たまねぎ	じゃがいも　パンこ さとう　でんぷん	あぶら	
	辛子あえ			**チンゲンサイ　にんじん**	もやし	さとう		

※材料等の都合により、献立を変更する場合があります。（給食回数21回）　※愛知県産・碧南市産の食材は**太字**になっています。
※材料は、すべてを記載しているわけではありません。　※水産物（練り製品を含む）は、えび・かに・いかなどが混ざる可能性があります。
※アレルギー原因物質については、食物アレルギー詳細な献立表で確認してください。
※『　　』は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

6月は「食育月間」です

６月は、給食に地場産物や郷土料理がたくさん登場します。郷土の良さをより多く感じてください。地場産物を使った料理や郷土料理が**太字**になっています。料理のルーツや地場産物のことを調べてみるのもいいですね。