



6月のこんだて表

○今月のポイント

今月、使用する設楽町の食材は
米・米粉・たけのこ・小松菜・きぬ
さや・キャベツ・こんにゃくです。

設楽町立学校給食田口共同調理場

日/曜	献立名			赤		緑		黄		エネルギー量 kcal
				1 群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2 群 牛乳(乳製品) 小魚・海藻	3 群 緑黄色野菜	4 群 その他の野菜 果物	5 群 穀類(米・パン・めん) いも類・砂糖	6 群 油脂	
				たんぱく質	無機質	カロテン (ビタミンA)	ビタミンC	炭水化物	脂質	
	おもにふくまれる栄養素の名称									小学校 中学校
1日(金)			ふかひれスープ えびチリ春巻き もやし ミニトマト たけのこの中華煮	えび 卵 ベーコン	牛乳	ねぎ にんじん ミニトマト きぬさや	玉ねぎ もやし たけのこ	米 でん粉 春巻きの皮 さとう	油 ごま油	629 811
4日(月)			目玉焼き ブロッコリー ミニトマト こんにゃく寒天と野菜和え	豚肉 卵	牛乳 ツナ	にんじん ブロッコリー ミニトマト ほうれん草	玉ねぎ もやし 切り干し大根 たけのこ にんにく	米 麦 寒天こんにゃく じゃが芋	油 ごま油	691 889
5日(火)			野菜スープ パンプキンハートコロッケ ブロッコリー 海藻と大根のサラダ	鶏肉	牛乳 チーズ とさかのり わかめ	にんじん ブロッコリー かぼちゃ パセリ	グリーンピース きゅうり コーン キャベツ 大根 セロリー 玉ねぎ	米 さとう 小麦粉 パン粉	バター 油 マヨネーズ ドレッシング	649 842
6日(水)			ポークビーンズ ほうれん草とコーンのボン酢和え 桃	大豆 豚肉	牛乳	ほうれん草 にんじん	玉ねぎ コーン グリーンピース 桃	パン でん粉 じゃが芋 さとう		623 821
7日(木)			なめこの白みそ汁 煮込みハンバーグ マカロニサラダ	とうふ みそ 牛肉 ハム	牛乳 わかめ 煮干し	ほうれん草 にんじん	なめこ しめじ マッシュルーム グリーンピース コーン きゅうり キャベツ	パン さとう マカロニ	マヨネーズ	633 826
8日(金)			すまし汁 大根の旨煮 うずら豆の煮豆	かまぼこ 油揚げ 牛肉 うずら豆	牛乳 煮干し	ほうれん草 にんじん いんげん	大根 たけのこ 干しいたけ 玉ねぎ	米 さとう こんにゃく		579 777
11日(月)			貧血予防献立の日 わかめ汁 じゃが芋のカレー煮 かみかみサラダ	豚肉 卵	牛乳 わかめ	にんじん みつ葉	切り干し大根 玉ねぎ ごぼう きゅうり もやし ブロッコリー	米 じゃが芋 小麦粉 さとう	油 ごま ドレッシング マヨネーズ	644 832
12日(火)			玉子豆腐汁 アジフライの梅ドレッシング ひじきの含め煮	玉子豆腐 かまぼこ アジ 大豆 油揚げ	牛乳 煮干し ひじき	にんじん ねぎ パセリ	グリーンピース えのきだけ 玉ねぎ	米 小麦粉 パン粉 さとう	油	637 810
13日(水)			みそスープ ポテトのミートソース焼き キャベツのりんご酢和え かぼちゃサラダ	ベーコン 牛肉 みそ	牛乳 チーズ とさかのり わかめ	かぼちゃ にんじん パセリ	玉ねぎ コーン グリーンピース 大根 キャベツ りんご きゅうり	パン さとう じゃが芋	マヨネーズ ごま	786 903
14日(木)			チンゲン菜のチキンスープ 春巻き もやし 枝豆	豚肉	牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ もやし キャベツ 枝豆 チンゲン菜 しょうが	米 中華めん 春巻きの皮	油	777 974
15日(金)			ちぎり湯葉のすまし汁 チキン竜田揚げ キャベツ じゃが芋と生揚げのそぼろ煮	かまぼこ 湯葉 鶏肉 生揚げ 牛肉	牛乳	ほうれん草	キャベツ しいたけ 玉ねぎ グリーンピース	米 でん粉 小麦粉 さとう じゃが芋	油	646 825
18日(月)			みつ葉のみそ汁 たこの唐揚げ ポテトサラダ はるさめの二杯酢和え	たこ とうふ 油揚げ みそ ハム	牛乳 煮干し わかめ	ブロッコリー みつ葉 にんじん	えのきだけ きゅうり キャベツ	じゃが芋 はるさめ でん粉 さとう	マヨネーズ 油	692 895
「愛知(設楽町と設楽町の姉妹都市である田原市)の特産物を食べる学校給食の日」 楽しみにしててください										
19日(火)			たけのこのすまし汁 さつま芋と鶏肉の米粉天ぷら キャベツ 小松菜とこんにゃくのごま和え	とうふ 鶏肉 ちくわ 卵 油揚げ	牛乳 かり わかめ 煮干し	小松菜 きぬさや	たけのこ えのきだけ キャベツ	米 さつま芋 こんにゃく さとう 米粉	油	666 862
20日(水)			こんにゃくスープ レバー入りミンチかつ キャベツ スパゲティソース	鶏肉 レバー 牛肉	牛乳	チンゲン菜 にんじん なす にんにく	キャベツ 玉ねぎ 干しいたけ	パン さとう こんにゃく スパゲティ	油 小麦粉 パン粉 オリーブオイル	674 832
21日(木)			なすのすまし汁 炒り鶏 ほうれん草のピーナッツ和え	油揚げ 鶏肉 ちくわ	牛乳	ほうれん草 にんじん いんげん	なす 玉ねぎ 白菜 ごぼう	米 発芽玄米 こんにゃく じゃが芋 さとう	油 ピーナッツバター	632 792
22日(金)			トマトのかき玉スープ クリームコロッケ キャベツ パイン	牛肉 卵 豚肉	牛乳	にんじん トマト パセリ	グリーンピース セロリー キャベツ 玉ねぎ パイン	米 さとう 小麦粉 パン粉 じゃが芋	油 バター	651 821
25日(月)			バット蒸し 韓国風じゃが芋の旨煮 たたきごぼう グレープフルーツ	鶏肉 牛肉 かまぼこ 卵	牛乳	にんじん いんげん みつ葉	たけのこ 干しいたけ ごぼう グレープフルーツ	米 麦 じゃが芋 さとう	油 ごま	669 885
26日(火)			ニラ玉スープ きゅうりのオイル漬け フルーツポンチ	卵 とうふ 豚肉	牛乳	にんじん にら ねぎ	玉ねぎ しょうが 干しいたけ 桃 たけのこ パイン きゅうり みかん	米 でん粉 はるさめ 白玉粉 さとう	ごま油 ごま	653 833
27日(水)			ビーフシチュー 大根サラダ 大豆チョコクリーム	牛肉 卵 豚肉 大豆チョコクリーム	牛乳	にんじん	グリーンピース 玉ねぎ 大根 きゅうり	パン じゃが芋	ドレッシング	672 861
28日(木)			あさりのすまし汁 揚げだしとうふのチリソースがけ	あさり とうふ えび	牛乳	ねぎ にんじん ミニトマト きぬさや	えのきだけ 大根 しょうが にんにく ごぼう キャベツ	米 でん粉 さとう	油 マヨネーズ ごま ラー油	581 783
セレクト給食 29日(金)			玉子スープ じゃが芋のホイル蒸し (マーガリン・マヨネーズ) ほうれん草のソテー	豚肉 鮭 卵 ベーコン	牛乳	ほうれん草 きぬさや	グリーンピース たけのこ しめじ	米 マヨネーズ じゃが芋 さとう でん粉 マロニー マーガリン	油	616 817

※ 献立は、変更する場合があります

○小学校 14日(木)、15日(金)は5、6年生給食なし。

「毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です」

