

# 6月の学校給食こんだて（令和8年度）

第2ブロック 北区・西区・中村区

【めあて】 地産地消について知ろう

名古屋市教育委員会

日	曜	こんだて	除去食	食品の主なはたらき			
				エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	
1	月	ごはん 牛乳		塩肉じゃが	じゃがいも、油	豚肉	にんじん、たまねぎ、ねぎ
				ちりめんじゃこのつくだ煮	◎ 砂糖、白ごま	ちりめんじゃこ 細切りこんぶ、けずりぶし	しょうが
				みかんゼリー	砂糖		みかん
2	火	ごはん 牛乳		揚げ豚のスタミナいためトンテキ味	でん粉、油	豚肉	しょうが、にんじん、たまねぎ、キャベツ にんにく
				みそ汁		とうふ、わかめ、みそ 信州みそ	えのきたけ
3	水	ごはん 牛乳		ワンタンスープ	ワンタンめん、油、でん粉	豚肉	にんじん、はくさい、もやし、ねぎ、干しいたけ
				がんもどきの煮つけ	油、砂糖	だいず、とうふ、鶏肉	グリーンピース、にんじん
				焼きのり		のり	
4	木	ごはん 牛乳		さわらの南蛮づけ	でん粉、油、砂糖	さわら	ねぎ
				カレースープ	でん粉	ベーコン	にんじん、たまねぎ、とうもろこし
				りんごゼリー	砂糖		りんご
5	金	黒 ロールパン 牛乳		トマトシチュー	じゃがいも、油、砂糖	ベーコン	にんじん、たまねぎ、セロリ、トマト、パセリ にんにく
				えびフライ	小麦粉、パン粉、でん粉、油	えび	
8	月	ごはん 牛乳		煮込みハンバーグ	じゃがいも、でん粉、油、砂糖	鶏肉、豚肉	たまねぎ、ぶなしめじ
				キャベツとベーコンのスープ		ベーコン	にんじん、たまねぎ、キャベツ、パセリ
9	火	中華めん 牛乳	◎	みそラーメン	油、砂糖、でん粉、バター	豚肉、みそ、信州みそ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、ねぎ にら、とうもろこし、にんにく
				揚げどうふ	でん粉、油、砂糖	高野どうふ	
10	水	ごはん 牛乳		ガパオライス	レンズ豆、油、砂糖	鶏肉	たまねぎ、ピーマン、パプリカ、にんにく、バジル
				はるさめスープ	はるさめ	いか	にんじん、ねぎ
				パイナップル			パイナップル(冷・有機栽培)
11	木	ごはん 牛乳		えびととうふのスープ	油、でん粉	豚肉、むきえび、とうふ	にんじん、はくさい、ねぎ
				ぱらぱらフレーク	油、砂糖	まぐろ油漬	にんじん、しょうが
				青りんごゼリー	砂糖		りんご
12	金	小型 ロールパン 牛乳		和風スパゲティ	スパゲティ、油	まぐろ油漬	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン
				ミニハンバーグ	でん粉、油、米粉パン粉	だいず、豚肉、鶏肉	たまねぎ
				アイスクリーム	砂糖	脱脂粉乳	
15	月	ごはん 牛乳		まぜまぜチャーハン	油	豚肉、高野どうふ	にんじん、たまねぎ、ねぎ、にんにく
				もずくスープ		とうふ、もずく	ねぎ

\* ◎印の付いた献立は、アレルギー除去食対応可能です。「食品の主なはたらき」の欄に斜体・太字で表記した食品を除去します。

\* アレルギー物質など献立の詳細については、学校に配布されている「学校給食献立表(調理場用献立表)」に記載されています。

\* 調理済み流通食品類・菓子類は、主な原材料を表記しています。

\* 名古屋市公式ウェブサイト( <http://www.city.nagoya.jp/kyoiku/page/0000052124.html> )に主な食材の産地と一部の食材の放射性物質の検査結果を掲載しています。都合により、食材の産地や献立を変更する場合があります。

日 曜	こんだて		除去食	食品の主なはたらき										
				エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる								
16 火	うどん	豚角煮うどん	◎	砂糖、油、でん粉	豚肉、 <b>うずら卵</b> 、花かまぼこ	しょうが、にんじん、たまねぎ、水耕ねぎ								
		揚げつくね		でん粉、油	鶏肉	キャベツ								
	牛乳													
17 水	ごはん	はるさめとひき肉の中華いため		はるさめ、砂糖	豚肉	にんじん、チンゲン菜、たけのこ、しょうが								
		ワンタンとにらのスープ		ワンタンめん、でん粉	ベーコン	にら								
		はっ酵乳		砂糖	全粉乳、脱脂粉乳									
	牛乳													
18 木	ごはん	揚げちくわのおぼろみそあんかけ		油、砂糖、でん粉	焼きちくわ、豚肉、みそ	にんじん、たまねぎ								
		すまし汁			とうふ、わかめ	えのきたけ								
	牛乳	ピーチゼリー		砂糖		もも								
19 金	米粉パン	ソーセージのコーン煮	◎	じゃがいも、バター、油、米粉	ポークウインナ、 <b>脱脂粉乳生クリーム</b>	にんじん、たまねぎ、とうもろこし								
		ツナともやしのソテー		油	まぐろ油漬	にんじん、もやし、セロリ、にんにく								
	牛乳													
22 月	ごはん	魚フライ		小麦粉、パン粉、油	にぎす									
		キャベツのペパロンチーノ		スパゲティ、油、オリーブ油	ベーコン	キャベツ、にんにく、ぶなしめじ								
	牛乳	みそ汁			とうふ、わかめ、みそ	ねぎ								
23 火	麦ごはん	チキンカレー	◎	じゃがいも、油、米粉	鶏肉、 <b>チーズ</b> 、 <b>脱脂粉乳</b>	にんじん、たまねぎ、トマト、ピーマン、しょうが、にんにく								
	牛乳	フルーツミックス				みかん(パウチ)、黄桃(パウチ)、パイナップル(パウチ)								
24 水	ごはん	マーボーなす	◎	油、砂糖、でん粉、 <b>ごま油</b>	牛肉、豚肉、みそ	にんじん、なす、にら、ねぎ、しょうが								
		フィッシュナゲット		でん粉、油、米粉パン粉	えそすり身	たまねぎ								
	牛乳													
25 木	ツイストロールパン	ヒレカツ		小麦粉、パン粉、油	豚肉									
		ミネストローネ		ひよこ豆、油	ベーコン	にんじん、たまねぎ、トマト、にんにく								
	牛乳													
26 金	ソフトめん	ミートソースめん		油、米粉、砂糖	牛肉、豚肉	にんじん、たまねぎ								
		ベジタブルソテー		じゃがいも、油		にんじん、とうもろこし、セロリ								
	牛乳													
29 月	ごはん	くしカツ		小麦粉、パン粉、油	鶏肉									
		にんじんしりしり		油	ベーコン	にんじん、とうもろこし								
	牛乳	ミニカレーうどん		うどん(乾) 米粉カレールウ、でん粉	花かまぼこ、油揚げ	たまねぎ、ねぎ								
30 火	ごはん	高野どうふの煮しめ		砂糖	鶏肉、焼きちくわ、高野どうふ	にんじん、たけのこ								
		みそ汁			油揚げ、わかめ、信州みそ	ねぎ								
	牛乳	グレープゼリー		砂糖		ぶどう								
1か月平均		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
		582	21.2	18.1	311	72	2.5	2.6	A μgRAE	B1 mg	B2 mg	C mg	3.5	2.1

- \* 稲や野菜のイラストのある日は市内産の食材を使います。米と野菜の両方を使う日を「みんなで食べる!なごや産」の日としています。
- \* 魚フライ、ミニカレーうどん、えびフライは「ふるさと献立」です。名古屋や愛知の特産物や郷土料理を紹介する取組です。
- \* チキンカレーは新献立です。今月のパイナップルは、有機JAS認証を取得した有機(オーガニック)パイナップルです。
- \* 6月は「食育月間」です。毎月19日は「食育の日」です。～みんなで食育楽しく食育～
- \* 今年度は愛知県及び名古屋市で「アジア・アジアパラ競技大会」が開催されます。今月はガパオライスやはるさめスープなどを提供します。