

6月の学校給食こんだて（令和7年度）

第5ブロック 瑞穂区・南区・緑区

【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
2	月	ごはん	魚の煮つけ		砂糖	さごし	しょうが
			豚汁			豚肉、とうふ、わかめ、みそ 信州みそ	にんじん、はくさい、ねぎ
		牛乳	パインゼリー		砂糖		パインアップル
3	火	ごはん	さわらの南蛮づけ		でん粉、油、砂糖	さわら	ねぎ
			野菜スープ		マカロニ、油		にんじん、たまねぎ、リーフレタス、とうもろこし
		牛乳	だいこんの漬もの				だいこんの漬もの
4	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
			ワンタンとえびのスープ		ワンタンめん、でん粉	ベーコン、むきえび	ねぎ
		牛乳	乳酸菌飲料		砂糖	脱脂粉乳	
5	木	小型 ロールパン	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
			揚げつくね		でん粉、油	鶏肉	キャベツ
		牛乳	アイスクリーム		砂糖	脱脂粉乳	
6	金	ごはん	ベジタブルカレー	◎	油、小麦粉	ベーコン、チーズ ヨーグルト	にんじん、たまねぎ、なす、セロリ、トマト ピーマン、しょうが、にんにく
			ミニハンバーグ		油、米粉パン粉	だいた、豚肉、鶏肉	たまねぎ
		牛乳					
9	月	ごはん	まぜまぜチャーハン		油	豚肉、高野豆腐	にんじん、たまねぎ、ねぎ、にんにく
			わかめスープ		はるさめ	わかめ	ねぎ
		牛乳	みかん				みかん(冷)
10	火	うどん	肉みそうどん		油、砂糖、でん粉	豚肉、だいたペースト、みそ	にんじん、たまねぎ、なす、にら、たけのこ しょうが
			野菜いため		油		にんじん、たまねぎ、キャベツ
		牛乳	青りんごゼリー		砂糖		りんご
11	水	ごはん	豚肉と野菜の塩だれいため		油	豚肉	ねぎ、にんにく、にんじん、キャベツ、もやし
			チキンナゲット		小麦粉、米粉、でん粉、油	鶏肉	
		牛乳	ふりかけ		発芽玄米、米ぬか、でん粉 砂糖	焼きのり、けずりぶし	
12	木	ツイスト ロールパン	トマトシチュー		小麦粉、パン粉、油 じゃがいも、砂糖	だいた、牛肉、豚肉、鶏肉	たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、パセリ にんにく
			カラフルソテー		油	ハム	にんじん、えだまめ、とうもろこし
		牛乳					
13	金	ごはん	コロッケ		小麦粉、パン粉、じゃがいも 油	牛肉	たまねぎ
			きのこスープ			とうふ	キャベツ、しょうが、えのきたけ、ぶなしめじ
		牛乳	焼きのり			のり	
			はっ酵乳		砂糖	全粉乳、脱脂粉乳	
16	月	ごはん	スープカレー		油	鶏肉	にんじん、たまねぎ、キャベツ、セロリ、トマト さやいんげん、にんにく
			フライビーンズ		でん粉、油、砂糖	だいた	
		牛乳					

* ◎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				
17	火		ごはん	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							
			ビーフンスープ				ビーフン、でん粉	ベーコン	にんじん、たまねぎ、水耕ねぎ							
			牛乳													
18	水		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							
19	木		中華めん	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							
			魚フライ				小麦粉、パン粉、油	わかさぎ								
			牛乳	ピーチゼリー			砂糖		もも							
20	金		黒 ロールパン	ソーセージのコーン煮		◎	じゃがいも、バター、油 小麦粉	ボークウインナ、 脱脂粉乳 生クリーム	にんじん、たまねぎ、とうもろこし							
				ツナとえだまめのソテー			油、砂糖	まぐろ油漬	にんじん、キャベツ、えだまめ							
			牛乳													
23	月		ごはん	魚フライ			小麦粉、パン粉、油	にぎす								
				イタリアンスパゲティ			スパゲティ、油、砂糖	ボークウインナ	にんじん、たまねぎ、ピーマン							
			牛乳	みそ汁				とうふ、みそ	ねぎ、ぶなしめじ							
24	火		ごはん	ピリ辛はるさめスープ			はるさめ、油	豚肉、とうふ	にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、ねぎ、たけのこ にんにく							
				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							
			牛乳													
25	水		麦ごはん	どてどんぶり			砂糖	豚肉、棒はんぺい、みそ	こんにゃく、にんじん、ねぎ、えのきたけ							
				ふのすまし汁			ふ	わかめ	さやえんどう							
			牛乳	アセロラゼリー			砂糖		アセロラ							
26	木		ソフトめん	カレーめん		◎	じゃがいも、油、カレールウ	牛肉、豚肉、チーズ	にんじん、たまねぎ、ピーマン							
				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													
27	金		米粉パン	ヒレカツ			小麦粉、パン粉、油	豚肉								
				ポテトのアーリオオーリオ			じゃがいも、オリーブ油	ベーコン	キャベツ、にんにく、ぶなしめじ							
			牛乳	ゆばのコンソメスープ				ゆば	みつば、とうもろこし							
30	月		ごはん	とり肉のから揚げ			でん粉、油	鶏肉								
				中華野菜スープ			油、でん粉	豚肉	にんじん、はくさい、ねぎ、たけのこ							
			牛乳	ふりかけ			砂糖		赤じそ							
				りんごゼリー			砂糖		りんご							
1か月平均				エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビ タ ミ ン				食物繊維	食塩相当量
				kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	A μgRAE	B 1 mg	B 2 mg	C mg	g	g
				592	21.5	18.4	300	73	2.1	2.7	182	0.54	0.48	31	3.8	2.2

- * 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。
- * どてどんぶり、魚フライ（にぎす）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。
- * 肉みそうどん、ツナとえだまめのソテーは新献立です。
- * 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～

今月のめあて 「地産地消について知ろう」

地産地消とは、地元でとれた食べ物を地元で食べることを言います。とれたての新鮮なものを食べることができます。

また、地元の農業や産業を応援することができるなど、よいことがたくさんあります。

今月は、名古屋産のたまねぎ、水耕ねぎ、みつばを使用します。

