



2025年 6月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日 曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂類・種実類		
2月	ごはん					こめ		「まごわやさしい」 こんだて	560 22.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あじのこうみごまだれ	あじ			にんにく・しょうが・ねぎ	でんぷん・さとう	あぶら・ごま ごまあぶら		
	カラフルあえ				キャベツ・きゅうり				
	ごじる	とうふ・だいず・みそ とうにゅう	わかめ	にんじん・こまつな	だいこん・しめじ・こんにゃく	じゃがいも			
3火	ごはん					こめ		538 19.0	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ぎょうざ・2こ	ぶたにく			キャベツ・たまねぎ・にんにく	こむぎこ	ごまあぶら		
	チャプチェ	ぶたにく		にんじん・こまつな	しょうが・にんにく・もやし	はるさめ・さとう	あぶら ごまあぶら		
	たまごちゅうかスープ	たまご・とうふ		チンゲンサイ	とうもろこし・たまねぎ はくさい	でんぷん			
4水	ごはん					こめ		はとくちの けんこう しょうかん (〜10か)	582 21.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	かつおとごぼうのあまからがらめ	かつお・だいず			ごぼう	でんぷん・こめこ・さとう	あぶら		
	ぎゅうりとわかめのすのもの		わかめ		きゅうり・もやし	さとう	ごま・ごまあぶら		
	みつばのすましじる	かまぼこ・あぶらあげ		にんじん・みつば	だいこん・えのきたけ・はくさい				
5木	むぎごはん					こめ・おおむぎ		589 26.2	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ぶたどんのぐ	ぶたにく・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・こんにゃく グリーンピース・しょうが	さとう	あぶら		
	まめみそしる	なまあげ・みそ			たけのこ・キャベツ・ねぎ	じゃがいも			
6金	くろロールパン					くろロールパン		642 24.2	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	たこメンチカツ	たら・たこ・だいず	あおさ		キャベツ・しょうが	でんぷん・さとう・パンこ こむぎこ	あぶら		
	コーンサラダ				とうもろこし・キャベツ きゅうり		ドレッシング		
	ベーコンとこまつなのクリームスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう・スキムミルク	こまつな・にんじん	しめじ・たまねぎ	じゃがいも・こめこホワイトルウ			
9月	代休日								
10火	むぎごはん					こめ・おおむぎ		649 21.5	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	きりぼしだいこんサラダ	ツナ		こまつな	きりぼしだいこん・キャベツ とうもろこし		ノンエッグ マヨネーズ		
	かみかみドライカレー	ぶたにく・ぶたレバー だいず		トマト・にんじん	たまねぎ・ごぼう えだまめ	じゃがいも・カレールウ ひよこめめ	あぶら		
11水	ごはん					こめ		しゅんを あじわうひ	573 23.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	いわしのうめだれかけ	いわし				でんぷん・さとう・こめこ	あぶら ドレッシング		
	ねりごまあえ			にんじん さやいんげん	もやし	さとう	ごま・ねりごま		
	とうふとわかめのすましじる	かまぼこ・とうふ あぶらあげ	わかめ	こまつな	だいこん				
12木	ごはん					こめ		593 20.1	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	デミグラスハンバーグ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	さとう	あぶら		
	こふきいも			パセリ		じゃがいも			
	やさいスープ	ウインナー		にんじん	キャベツ・たまねぎ とうもろこし				
13金	しらたまうどん					しらたまうどん		ただしい はしづかいの ひ	588 22.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ごもくうどん (しる)	とりにく・かまぼこ あぶらあげ		にんじん ほうれんそう	はくさい・ほししいたけ				
	ちくわのいそべあげ 1〜3ねん 2ほん 4〜6ねん 3ほん	ちくわ	あおのり			こめこ	あぶら		
	あかしそあえ			しそ	だいこん・きゅうり				
16月	むぎごはん					こめ・おおむぎ		608 23.1	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	パンサンスー	チキンハム			キャベツ・とうもろこし	はるさめ・さとう	ごまあぶら		
	ヘルシーマーボードウフ	ぶたにく・ぶたレバー だいず・とうふ・みそ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ しょうが・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら		
17火	ごはん					こめ		だしを あじわうひ	581 26.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さばのしおやき	さば					あぶら		
	きんぴらごぼう			にんじん さやいんげん	ごぼう	さとう	あぶら		
	すましじる	とりにく・かまぼこ あぶらあげ			だいこん・ほししいたけ・ねぎ				

毎月19日は「食育の日」です。食について家族でも話し合ってみましょう！

2025年 6月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日 曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		1群（たんぱく質）	2群（カルシウム）	3群（カロテン）	4群（ビタミン・食物繊維）	5群（炭水化物）	6群（脂質）	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂類・種実類		
18 水	ごはん					こめ		593	22.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とうふのやさいあんかけ	とうふ			とうもろこし・えだまめ たまねぎ	でんぶん・さとう	あぶら		
	ひじきのいために	はんぺん	ひじき	にんじん・さやいんげん		さとう	あぶら		
	ぶたじる	ぶたにく・みそ あぶらあげ			だいこん・こんにゃく・ねぎ	じゃがいも			
19 木	あいちのこめこパン					あいちのこめこパン		582	20.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あいちのコロッケ			にんじん	れんこん・きりぼしだいこん ごぼう	こめこパンこ・じゃがいも さとう・こめこ	あぶら		
	キャロットサラダ	ツナ		にんじん	たまねぎ	さとう	あぶら		
	うきうきエッグスープ	ベーコン・たまご		パセリ	キャベツ・とうもろこし	でんぶん			
20 金	ごはん					こめ		587	21.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とりにくとレバーのうこうだれ	とりにく・とりレバー みそ				でんぶん・じゃがいも さとう	あぶら		
	えだまめのうめおかかあえ	かつおけすりぶし			えだまめ・もやし・うめ	さとう			
	さわにわん	ぶたにく		にんじん	ごぼう・だいこん・こんにゃく				
23 月	ごはん					こめ		573	19.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	タコライスのご	ぶたにく・ぎゅうにく ぶたレバー		ピーマン・にんじん	たまねぎ・とうもろこし	さとう	あぶら		
	もずくスープ	かまぼこ・なまあげ	もずく	チンゲンサイ	だいこん・しめじ		ごまあぶら		
24 火	ごはん					こめ		586	21.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	しろみざかなのレモンソース	たら・だいす			レモン	さとう・こむぎこ・パンこ でんぶん	あぶら		
	じゃこごまキャベツ		ちりめんじゃこ		キャベツ・たくあん		ごま ごまあぶら		
	みそしる	あぶらあげ・みそ	わかめ	にんじん	だいこん・たまねぎ	じゃがいも			
25 水	ごはん					こめ		605	22.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あいちけんのしぞをつかった さっぱりユージンチー	とりにく		しそ	ねぎ・しょうが・にんにく	でんぶん・さとう	あぶら		
	キャベツとなまあげのオイスターソースいため	なまあげ			キャベツ・たまねぎ	さとう・でんぶん	あぶら		
	ちゅうかスープ		わかめ	にんじん・にら	だいこん・もやし・ほししいたけ				
26 木	ソフトめん					ソフトめん		582	21.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あんかけスパふうソース（しる）	ウインナー		ピーマン・にんじん トマト	たまねぎ・きピーマン マッシュルーム	さとう・でんぶん	あぶら		
	ひじきのサラダ	ツナ	ひじき		キャベツ・とうもろこし きゅうり		ノンエッグ マヨネーズ		
27 金	むぎごはん					こめ・おおむぎ		633	22.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	にくだんごとかぼちゃのやさいあんがらめ			かぼちゃ・ピーマン にんじん	しょうが・たまねぎ	さとう・でんぶん	あぶら		
	〈にくだんご〉	とりにく・ぶたにく			たまねぎ	でんぶん	あぶら		
	すましじる	かまぼこ・とうふ		ほうれんそう	だいこん・えのきたけ				
30 月	ごはん					こめ		605	21.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あつやきたまご	たまご				さとう			
	あげじゃがのそぼろに	ぶたにく・ちくわ			グリーンピース	じゃがいも・さとう でんぶん	あぶら		
	けんちんじる	とうふ		にんじん・こまつな	だいこん・ごぼう・こんにゃく		ごまあぶら		

19日（木） 愛知を食べる学校給食の日

この日は、愛知県産のおいしい食材が給食に登場します。愛知県でとれた食材やそれらを用いた献立名を太字で表記しています。

*あいちのコロッケ：ごぼう、切干しだいこん、にんじん、米粉、れんこん

*うきうきエッグスープ：一宮市浮野地区の卵

☆牛乳と米 は年間を通して愛知県産のものを使用しています。

◆お知らせ◆

① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。

② 2日、4日、5日、10日、11日、16日、17日、18日、20日、23日、25日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。

③ 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。

④ 都合により献立が変更になる場合があります。

25日（水）応募献立

「愛知県のしぞを使ったさっぱり油淋鶏」は黒田小学校の児童が考えた応募献立です。愛知県の有名なしぞを入れてふつうの油淋鶏よりさっぱりしているところが特徴だそうです。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。