



日 曜	こんだて名	赤の食べ物(おもに赤・黄・青になるもの)			緑の食べ物(おもに緑の葉子をとるもの)		黄の食べ物(おもに黄・白になるもの)		備考
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	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・きのこ	5群 米・パン・めん・いも	6群 油類・理髪類		
1 水	ごはん					ごはん		蟹江小3年生なし 舟入小6年生なし	
	牛乳		牛乳			さとう			
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく			しょうが	じゃがいも			
	ポチトサラダ だいこんとわかめのみそしる	ハム とうふ あぶらあげ みそ	わかめ にぼしこ	にんじん	とうもろこし えだまめ だいこん ほうさい	マヨネーズ(卵なし)			
2 木	ごはん					ごはん			
	牛乳		牛乳						
	キャベツいりつくね こまつなのおひたし よしのじる	とりにく かつおぶし あぶらあげ ぶたにく		ごま油 にんじん	キャベツ しょうが もやし とうもろこし だいこん しめじ こんにやく ねぎ	かたくりこ さとう			
	小さなこあげパン 中ミルクロールパン	きなこ				さいとも かたくりこ ミルクロールパン さとう	あぶら		
3 金	ごはん					ごはん		新蟹江小4年生なし 学戸小2年生なし	
	牛乳		牛乳						
	さつまいものとうもろシチュー れんこんとコンのサラダ (中1)ひとくちゼリー(りんご)	とうもろ とうりにく		にんじん パセリ	エリンギ たまねぎ れんこん とうもろこし きゅうり りんご	さつまいも こめこのホワイトルウ イタリアンドレッシング	オリーブオイル		
	ごはん					ごはん			
6 月	ごはん					ごはん			十五夜給食
	牛乳		牛乳						
	さいともコロッケ	とりにく				さいとも さとう パンこ こむぎこ	あぶら		
	ひじきのいために おつまみじる	ぶたにく かたかまぼこ あぶらあげ	ひじき	さやいんげん	たけのこ ほししいたけ ねぎ	さとう しらたまだんご	あぶら		
7 火	ごはん					ごはん		新蟹江小2年生なし	
	牛乳		牛乳						
	おからしゅうまい 小2・中3 きりぼしだいこんとツナのごまあえ かんてんスープ	ぶたにく おから だし ツナ とうふ ぶたにく		にんじん	たまねぎ きりぼしだいこん きゅうり ほうさい たけのこ ねぎ	しゅうまいのかわ かたくりこ さとう さとう	あぶら ごま		
	ごはん					ごはん			
8 水	きしめん					きしめん		新蟹江小5年生なし	
	牛乳		牛乳						
	きしめんのしる	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ とりにく		にんじん ごま油	もやし しょうが にんにく	てんぷらこ	あぶら		
	とりてん りんご				りんご				
9 木	ごはん					ごはん		新蟹江小3年生なし	
	牛乳		牛乳						
	ぶりのみかわみりんやき ひじきとキャベツのサラダ とんじる	ぶり			しょうが キャベツ とうもろこし ごぼう こんにやく	さとう かたくりこ さとう	あおじそドレッシング		
	サンドイッチロール					サンドイッチロールパン			
10 金	ごはん					ごはん		目の愛護デー給食 	
	牛乳		牛乳						
	チキンナゲット 小2・中3 ナポリタン ベリーヨーグルト(乳除去食・有)	とりにく ベーコン		にんじん ピーマン トマト	にんにく たまねぎ にんにく ブルーベリー いちご ゼリー(ぶどう)	パンこ こむぎこ ペンネ さとう	あぶら オリーブオイル		
	ごはん					ごはん			
14 火	ごはん					ごはん		10日(金)は、 “目の愛護デー”です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。	
	牛乳		牛乳						
	いかフライのレモンソースかけ しんごあえ かぼちゃとわかめのみそしる	いか とうふ あぶらあげ みそ		かぼちゃ にんじん	レモンかじゅう キャベツ たかあんづけ たまねぎ	パンこ こむぎこ さとう ごま	あぶら		
	ごはん					ごはん			
15 水	ごはん					ごはん		舟入小3年生なし 蟹江小4年生なし	
	牛乳		牛乳						
	いわしのおろしに さつまいものサラダ さつまいも	いわし みそ ハム とりにく かまぼこ こうやとうふ	みずな わかめ	にんじん	だいこん とうもろこし ごぼう ねぎ	さとう かたくりこ さつまいも	コーンフリーミートドレッシング		
	さわにわん								
16 木	ごはん					ごはん		食育旗立 あいちのくにだんご みそに(まめみそ) こまつな	
	牛乳		牛乳						
	あいちのやさしいはるまき はくさいとチンゲンサイのちゅうかサラダ コーンたまごスープ(卵除去食・有)	とりにく さきみオイルづけ たまご とうふ		にんじん あかしど チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが ほうさい もやし とうもろこし ねぎ	はるまき かたくりこ さとう はるまきのかわ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら		
	ごはん					ごはん			
17 金	ごはん					ごはん		毎月19日は “食育の日” “おうちごはんの日” 	
	牛乳		牛乳						
	あいちのくにだんご 小2・中3 だいごのみそに こまつなのあかしあえ	とりにく だし なまあげ はんぺん みそ	ごんぶ	にんじん さやいんげん	たまねぎ れんこん しょうが だいこん こんにやく キャベツ	かたくりこ さとう さとう	あぶら		
	ごはん					ごはん			
20 月	ごはん					ごはん		【さけ】 お魚チャレンジデー“さけ” 	
	牛乳		牛乳						
	とりにくのいそやき マカロニサラダ あかもくだんごじる	とりにく ハム たら あかもく とうふ	あおのり	にんじん	とうもろこし きゅうり れんこん ほうさい ねぎ	ごま マヨネーズ(卵なし)			
	おこがやチャレンジ		牛乳			ごはん			
21 火	ごはん					ごはん		蟹江小5年生なし	
	牛乳		牛乳						
	さけのとさずづけ ごぼうサラダ さいともにつころがし	さけ いときりかつお ごぼう とりにく がんもどき		にんじん にんじん さやいんげん	ごぼう きゅうり こんにやく	かたくりこ さとう さとう さいとも さとう	あぶら ごまドレッシング		
	ごはん					ごはん			
22 水	ごはん					ごはん		【さつまいも】 (3・15・22・30日)	
	牛乳		牛乳						
	なまあげのちゅうかに もやしのナムル だいごいも	ぶたにく なた なたあげ もやし だいごいも		にんじん	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ ほうさい きくらげ もやし きゅうり	かたくりこ さとう きつまいも さとう	あぶら ごまあぶら あぶら ごま		
	ソフトめん					ソフトめん			
23 木	ごはん					ごはん		【さけ】 お魚チャレンジデー“さけ” 	
	牛乳		牛乳						
	とうもろこしとほうろのしる(えび除去食・有) たこナゲット 小2・中3 みかんゼリーポンチ	やまふく えび なた オイスターソース とりにく たこ いか たら		にんじん	キャベツ きくらげ もやし たまねぎ ねぎ しょうが にんにく パイナップル もも ナタデココ ゼリー(みかん) レモンかじゅう	こむぎこ さとう さとう	あぶら		
	小ロールパン 中ききなあげパン	きなこ				ロールパン ロールパン さとう	あぶら		
24 金	ごはん					ごはん		【さけ】 お魚チャレンジデー“さけ” 	
	牛乳		牛乳						
	チキンナゲット きのことコンのスープ 小1ひとくちゼリー(りんご)	さきみオイルづけ ワインナー		あかピーマン	キャベツ きピーマン たまねぎ しめじ マッシュルーム りんご	さとう ニョッキ さとう	オリーブオイル		
	むぎごはん					むぎごはん			
27 月	ごはん					ごはん		【さつまいも】 (3・15・22・30日)	
	牛乳		牛乳						
	こめこのカレーライス れんこんチップス ふくしんあえ	ぶたにく		にんじん	にんにく しょうが たまねぎ フルーツチャップ れんこん きゅうり キャベツ だいこん かり なた	じゃがいも こめこのカレールウ さとう	あぶら あぶら		
	ごはん					ごはん			
28 火	ごはん					ごはん		【さつまいも】 (3・15・22・30日)	
	牛乳		牛乳						
	やきぎょうざ 小2・中3 マーボー豆腐 はるまきのあまみずあえ	ぶたにく とりにく だし ぶたにく ぶたレバー とうふ みそ かにかまぼこ(かに成分なし)		にんじん	キャベツ たまねぎ にら しょうが しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ねぎ とうもろこし	さとう ぎょうざのかわ さとう かたくりこ はるまき さとう	あぶら		
	ごはん					ごはん			
29 水	ごはん					ごはん		【さつまいも】 (3・15・22・30日)	
	牛乳		牛乳						
	くわいりごもごはんのて さんまのしょうがに さいとものみそしる	とりにく あぶらあげ さんま ぶたにく みそ		にんじん	しめじ ほししいたけ えだまめ しょうが だいこん ねぎ	かり さとう さとう さいとも	あぶら		
	ごはん					ごはん			
30 木	ごはん					ごはん		食品ロス削減の日給食 	
	牛乳		牛乳						
	ひきずり こまつなとハムのあえもの ふつらおにまんじゅう	とりにく やきとうふ ハム		にんじん	こんにやく ほうさい ねぎ ごま油	あぶら さとう	あぶら		
	むぎごはん					さつまいも ホットケーキ さとう	あぶら		
31 金	ごはん					ごはん		食品ロス削減の日給食 	
	牛乳		牛乳						
	ハンバーグステーキ ハンバーグハンバーグコロッケ いかのマリネ パースデーデザート(ハンバーグパン)	ぶたにく とりにく いか		にんじん トマト かぼちゃ	たまねぎ マッシュルーム たまねぎ とうもろこし きゅうり かぼちゃ	じゃがいも こめこのハンバーグルウ さとう パンこ さとう こむぎこ かんきつドレッシング	あぶら あぶら あぶら		

魚卵注意 9日(木)ぶりの三河みりん焼き 15日(水)いわしのおろし煮 29日(水)さんまのしょうが煮

材料等の都合により献立や産地が変更することがあります。