

令和7年6月分 献立表

(※都合により献立を変更する場合があります)

西尾市学校給食センター

日曜	献立名 【 】業者配送デザート ●卓上ドレッシング・ソース	主な材料とその働き (太字:「旬」の食材) 各料理の調味料やだし等については記載されていません						栄養価 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		【赤】体をつくる		【緑】体の調子を整える		【黄】エネルギーになる			
		1群 魚・肉・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・砂糖	6群 油脂・種実		
2月	ごはん 牛乳 いわしの八丁みそ煮 きゅうりの梅昆布あえ 親子煮	いわし みそ とりにく たまご かまぼこ	ぎゅうにゅう こんぶ	はねぎ にんじん いんげん	キャベツ じゃがいも うめ たまねぎ しいたけ	こめ さとう		672 799	27.0 31.6
3火	ごはん 牛乳 チキンカレー アスパラサラダ ●コーンクリーミードレッシング 福神漬け アーモンド小魚(中学校)	とりにく とりにく	ぎゅうにゅう アスパラガス	にんじん しそ	たまねぎ えだまめ どうもろこし キャベツ だいこん うり ずし れんこん きゅうり しょうが なたまめ	こめ むぎ じゃがいも カレールウ	コーンクリーミードレッシング アーモンド	645 802	18.2 23.1
4水	ごはん 牛乳 たことじゃがいもの唐揚げ 切り干し大根のカミカミサラダ ●ごまクリーミードレッシング 豚汁	とこ ぶたにく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう こんぶ		きりぼしだいこん じゃがいも キャベツ どうもろこし	こめ じゃがいも こめこ でんぶん	あぶら ごまクリーミードレッシング	677 796	24.4 28.0
5木	ごはん 牛乳 ビビンバ 三色野菜のナムル 春雨スープ 【ヨーグルト】	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう はねぎ	きりぼしだいこん にんにく もやし にんにく たまねぎ キャベツ	こめ さとう さとう	ごま ごまあぶら	658 764	24.6 27.8
6金	愛知の米粉パン 牛乳 焼きそば 肉団子のケチャップ煮 (小1個、中2個) ぶどうゼリーのフルーツポンチ	ぶたにく かまぼこ とりにく	ぎゅうにゅう あおさ	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ たまねぎ もも バイナッブル ぶどう	パン やきそばめん パンこ さとう でんぶん さとう		680 871	26.3 34.0
9月	ごはん 牛乳 さばの鯨紙焼き ひじきと枝豆のサラダ ●ごまクリーミードレッシング 八杯汁	さば みそ とうふ あぶらあげ ちくわ	ぎゅうにゅう ひじき		キャベツ じゃがいも えだまめ しいたけ	こめ さとう こめこ さといも	ごまクリーミードレッシング	654 767	27.6 31.9
10火	ごはん 牛乳 ショーロンポー(小中2個) ホイコーロー 中華風コーンスープ	ぶたにく ぶたにく みそ チキンハム	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ しょうが たけのこ キャベツ しょうが にんにく たけのこ しいたけ どうもろこし	こめ こむぎこ はるさめ でんぶん さとう さとう でんぶん でんぶん	ラード ごまあぶら	676 774	24.9 28.0
11水	ごはん 牛乳 ししゃもフライの甘辛だれ (小中2尾) 切り干し大根とベーコンの炒め煮 高野豆腐とじゃがいものみそ汁	ししゃも ベーコン こうやどうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	きりぼしだいこん えのきたけ	こめ さとう パンこ こむぎこ さとう あぶら	あぶら	679 775	24.1 26.7
12木	白玉うどん 牛乳 カレー南蛮うどんの汁 かきあげ 千草あえ	しらたま だいこん とりにく かまぼこ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん しゅんぎく こまつな にんじん	たまねぎ ねぎ たまねぎ じゃがいも もやし	しらたまうどん カレールウ でんぶん こむぎこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	665 822	20.4 23.4
13金	げんまい 牛乳 玄米ご飯 牛乳 ウインナーピラフの具 白身魚フリッター(小中2個) パンパキンスープ	ウインナー たら ベーコン	ぎゅうにゅう オキアミ あおさ	にんじん かぼちゃ	たまねぎ どうもろこし たまねぎ たまねぎ	げんまい こむぎこ でんぶん こめこ じゃがいも ホワイトルウ ベシメルソース	オリーブオイル あぶら バター	708 818	22.7 25.4
16月	ごはん 牛乳 いかメンチカツ やみつききゅうり キムチスープ煮	いか ぶたにく やきどうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん はねぎ	キャベツ しょうが にんにく じゃがいも にんにく だいこん ぶなしめじ キャベツ はくさいキムチ	こめ パンこ こむぎこ でんぶん さとう さとう	あぶら ごまあぶら	663 811	24.0 28.7

令和7年6月分 献立表

(※都合により献立を変更する場合があります)

西尾市学校給食センター

日	献立名 【】業者配送デザート ●卓上ドレッシング・ソース	主な材料とその働き (赤字:「旬」の食材) 各料理の調味料やだし等については記載されていません						栄養価		
		【赤】体をつくる			【緑】体の調子を整える		【黄】エネルギーになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群 魚・肉・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・砂糖	6群 油脂・種実			
17 火	ごはん 牛乳 白ごまつね(小2個、中3個) しそひじきあえ なまあ 生揚げのそぼろ煮	とりにく とりレバー ぶたにく なまあげ はんぺん	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	ひじき にんじん	たまねぎ キャベツ じゃがいも とうもろこし だいこん たまねぎ しょうが こんにゃく えだまめ	こめ パンこ でんぶん さとう	ごま あぶら ラード	676 822	25.7 31.1	
18 水	ごはん 牛乳 チンジャオロースー コーンしゅうまい(小2個、中3個) とうにゅうちゅうか 豆乳中華スープ	ぎゅうにく さかなすりみ とうふ ベーコン とうふ とうにゅう	ぎゅうにゅう にんじん ピーマン	にんじん にんじん チンゲンサイ	たけのこ にんにく しょうが とうもろこし たまねぎ たまねぎ キャベツ しょうが	こめ さとう でんぶん	ごまあぶら ラード	619 747	24.2 28.4	
19 木	スライスパン 牛乳 ポークビーンズ ツナオムレツ コールスローサラダ ●コールスロードレッシング だいず 大豆ミルクチョコクリーム	ぶたにく だいず たまご ツナ だいず	ぎゅうにゅう にんじん トマト	にんじん にんじん	たまねぎ たまねぎ じゃがいも キャベツ	パン じゃがいも さとう でんぶん さとう	あぶら ドレッシング あぶら コールスロー ドレッシング	708 885	29.6 35.8	
20 金	あいち た がっこうきゅうしよく ひ 愛知を食べる学校給食の日									
	ごはん 牛乳 とりにく やさいあます 鶏肉の野菜甘酢あん しお 塩だれキャベツ アカモク入りつみれみそ汁 にしおしさんまっちや 【西尾市産抹茶わらびもち】	とりにく たら とうふ みそ きなこ	ぎゅうにゅう アカモク	にんじん ピーマン にんじん ごまつな はねぎ きゅう	たまねぎ しょうが じゃがいも キャベツ にんにく だいこん れんこん だいこん たまねぎ にんにく キャベツ じゃがいも とうもろこし だいこん ごぼう こんにゃく	こめ さとう でんぶん でんぶん いんげんまめ さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら ごま ごまあぶら	715 836	25.2 29.1	
23 月	ごはん 牛乳 ハンバーグのさっぱりソースかけ だいず 大豆サラダ ●ノンエッグマヨネーズ けんちん汁	とりにく ぶたにく だいず とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	トマト にんじん はねぎ	だいこん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ じゃがいも とうもろこし	こめ さとう でんぶん	ラード ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら	676 789	23.4 26.7	
24 火	ごはん 牛乳 キャベツ入りメンチカツ ●卓上ソース ひじきとじゃこのふりかけ 新たまねぎのみそ汁 【マスカットゼリー】(中学校)	ぎゅうにく ぶたにく ツナ かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	キャベツ たまねぎ だいこん たまねぎ ぶどう	こめ でんぶん パンこ さとう さとう	あぶら あぶら	664 831	22.8 26.0	
25 水	ごはん 牛乳 卵焼き 新ごぼうのごまネーズあえ ●ノンエッグマヨネーズ カレー肉じゃが	たまご ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん	たまねぎ ごぼう じゃがいも たまねぎ こんにゃく	こめ でんぶん さとう じゃがいも さとう	あぶら ノンエッグマヨネーズ ごま あぶら	688 811	24.0 27.7	
26 木	ごはん 牛乳 めひかりのフライ(小中2尾) ●卓上ソース 小松菜ともやしのごまあえ 豚塩ちゃんこ煮	めひかり ぶたにく やきとうふ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん にんじん	もやし とうもろこし だいこん キャベツ ぶなしめじ しょうが ねぎ	こめ パンこ こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら ごま	645 747	25.5 28.6	
27 金	ちゅうか ぎゅうにゅう 中華めん 牛乳 ちゃんぽんめんの汁 あ しょうこ ちゅうこ 揚げきょうざ(小2個、中3個) れいとう 冷凍みかん かく ちゅうがっこう 角チーズ(中学校)	ぶたにく うずらたまご いか えび ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ にんじん	キャベツ きくらげ たけのこ キャベツ たまねぎ にんにく みかん	ちゅうかめん こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら ナムルドレッシング	638 799	26.6 33.6	
30 月	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン かいぞう 海藻サラダ●ナムルドレッシング ワンタンスープ	とりにく わかめ くきわかめ かんてん つのまた	ぎゅうにゅう	にんにく にんじん こまつな	にんにく だいこん じゃがいも とうもろこし たけのこ もやし	こめ さとう でんぶん さとう	あぶら ごまあぶら ナムルドレッシング	667 792	22.7 26.4	
基準値 上段 小学校								650	21~32	
下段 中学校								830	26~42	

毎月19日は「食育の日」「おうちでごはんの日」です。
家族そろって楽しい食事時間を過ごしましょう。

