



7月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会
学校給食課

こんげつ 今月のこんだて目標 もくひょう
あつ ま 暑さに負けない食事をとろう しょくじ

にち 日 よう 曜	こんだて名	主 な 材 料 と そ の は た ら き					
		あか からだ 赤 体をつくる		みどり からだ 緑 体の調子を整える		き からだ 黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		あかな にく たまご だいず 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	ぎゅうにゅう こぎゅう かいそう 牛乳・小魚・海藻など 無機質	りよくあうしよくやさい 緑黄色野菜	た やさい くだもの その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	こめ 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	ゆ し しゅじつ 油脂・種実など 脂質
1 火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	ピリからトックスープ	とりにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ とうもろこし	トック	ごまあぶら
	えだまめコロツケ				えだまめ	じゃがいも パンこ	こめあぶら
	ポイルキャベツ こぶくろちゅうのうソース				キャベツ		
2 水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	ちくぜんに	とりにく さつまあげ		にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく たけのこ しいたけ	じゃがいも さとう	
	さんしょくあえ	まぐろあぶらづけ		こまつな にんじん	もやし キャベツ きりぼしだいこん	さとう	しろごま
	のりつくだに		のり			みずあめ さとう	
3 木	くろロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	しろいんげんとコーンの ポタージュ	とりにく	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう なまクリーム	にんじん	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	しろいんげんまめ ホワイトルウ	バター
	ハンバーグの なつやさいソースかけ	ぶたにく		トマト きピーマン あかピーマン ピーマン	ズッキーニ たまねぎ にんじん	さとう こめこ	
④ 4 金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	ジャーチャンドウフ	なまあげ ぶたにく まめみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ しょうが	さとう でんぶん	
	はるさめサラダ	とりにく			きゅうり キャベツ とうもろこし	はるさめ さとう	ごまあぶら
7 月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	たなばたじる	とりにく かまぼこ		にんじん オクラ	だいこん ねぎ しいたけ	サボテンきしめん	
	なすいり にくみそひじきどんのぐ	ぶたにく まめみそ	ひじき	にんじん	たまねぎ なす しょうが	さとう でんぶん	
	あんいりわらびもち	きなこ				あずき さとう	
8 火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	とうがんのカレースープ	とりにく		にんじん	とうがん たまねぎ とうもろこし エリンギ ねぎ	カレールウ	
	キャベツとウインナーの ソテー	ポークウインナー		にんじん	キャベツ		こめあぶら
	フローズンヨーグルト		ヨーグルト				
9 水	わかめごはん ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう			こめ	
	タイビーエン	ぶたにく うずらたまご えび		チンゲンサイ	たまねぎ はくさい たけのこ	はるさめ	
	ブルコギ	ぎゅうにく		きバブリカ にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	さとう でんぶん	しろごま ごまあぶら
	きらずあげ	おから				こむぎこ さとう	なたねあぶら
10 木	あいちのこめこパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	ミートソースペンネ	ぶたにく だいず		トマト にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム にんにく	マカロニ さとう	オリーブゆ
	ツナサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	オリーブゆ
11 金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	ぎゅうにくとたまねぎの うまに	やきとうふ ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	さとう	
	ちくわのいそべあげ	ちくわ	あおのり			こむぎこ でんぶん	こめあぶら
	えだまめ				えだまめ		
④ 14 月	いわしのほしこごかな		いわし			さとう みずあめ	
	げんまいごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	とりだんごじる	とりにく とうふ		にんじん	だいこん ねぎ	でんぶん	
	まぐろのあまからに きざみたくあん	まぐろあぶらづけ			キャベツ しょうが	さとう	
	てまきのり		のり		だいこん	さとう	

- ① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料8品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ）を使用していない献立です（調味料を除く）。

曜日	7月 こんだて名	主 材 料 と そ の は た ら き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など タンパク質	牛乳・小魚・海藻など 無機質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
15 火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	かぼちやいりみそしる	とうふ あぶらあげ あわせみそ		かぼちや こまつな	だいこん たまねぎ	でんぷん じゃがいも	
	いわしのかばやき	いわし			しょうが	さとう でんぷん	こめあぶら
	こくとうそらめ				そらめ	こくとう	なたねあぶら
16 水	むぎごはん はっこうにゅう		はっこうにゅう			こめ おおむぎ	
	サボテンキーマカレー	ぶたにく だいず		にんじん トマト きパブリカ	たまねぎ しいたけ うちわサボテン	カレールウ	サラダゆ
	ポテトサラダ	チキンハム			きゅうり どうもろこし	じゃがいも さとう	たまごなし マヨネーズ
	れいとうみかん				みかん		
17 木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	もずくじる	とりにく かまぼこ	もずく	にんじん	えのきたけ ねぎ しょうが	ながいも	
	ゴーヤチャンプルー	なまあげ たまご ぶたにく		ゴーヤ		さとう	こめあぶら
	「こめこの シークワサータルト アセロラゼリー	どうにゅう			シークワサー アセロラ	さとう こめこ	ショートニング

かすがいしさん 春日井市産のサボテンと料理



なのか げつ たなばたじる
7日(月)七夕
16日(水)サボテンキーマカレー

うちわサボテンをねりこ
んだサボテンきしめん
が入っています。

うす切りにしたうちわサ
ボテンが入っています。

春日井市のサボテン栽培は、昭和28年(1953年)頃、果樹栽培の副業として始まりました。昭和34年(1959年)に発生した伊勢湾台風で多くの果樹が被害を受けた一方、サボテンは被害が少なかったことから、市内で広くサボテン栽培が普及し、食べられるうちわサボテンも栽培されるようになりました。食用サボテンのうちわサボテンは、ビタミンやミネラル、食物せんいがたくさん含まれています。



おきなわけん きょうどりょうり 沖縄県の郷土料理



17日(木) ゴーヤチャンプルー

沖縄県では家庭料理として親しまれています。チャンプルーは、沖縄県の方言で「ごちゃまぜ」という意味があります。薄切りにしたゴーヤ(ニガウリとも言われます)を、肉や豆腐とともに強火で手早く炒めて作ります。給食では、わたをきれいに取り除き、下ゆでをして、苦みを抑えたゴーヤと厚揚げ、卵と一緒に炒めて食べやすくしています。



セレクトデザート

17日(木)

どちらを
えらんだかな?



こめこ 米粉のシークワサータルト

シークワサーは、沖縄の方言で「シー(酸っぱい)」、「クワサー(食べさせる)」の意味です。沖縄県北部地域で昔から親しまれてきた柑橘類のひとつです。

アセロラゼリー



アセロラは、サクランボと同じぐらいの大きさの赤い果物で、ほどよいあまさと酸味が特徴のゼリーです。ビタミンCはレモンの24倍もあります。

<学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
305円 (保護者負担額245円)	5月分	令和7年6月30日(月)	4,900円	20日
	6月分	令和7年7月31日(木)	5,145円	21日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願いします。
※ 給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

眼科 / 小児眼科

平田眼科

TEL.0568-84-6638

19号沿い 清水屋東