



[令和8年]

6月 中学校献立表



今月の給食目標

よく噛んで味わって食べよう


半田市学校給食センター

日	曜	除去食対応献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	中学校
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群		
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも 砂糖	油脂・種実		
1	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		755	
			さばの塩焼き	さば							
			きんぴらごぼう	ぶたにく ちくわ		にんじん さやいんげん	ごぼう	さとう	あぶら		
			冬瓜汁	とりにく		にんじん はねぎ	とうがん しいたけ				
2	火		中華めん 牛乳		牛乳			めん		714	
			五目中華スープ	ぶたにく なると		にんじん はねぎ	たけのこ もやし				
			★焼きぎょうざ(3個)	ぶたにく とりにく		にら	キャベツ たまねぎ	こむぎこ でんぷん			
			野菜の和え物	まぐろ		こまつな	キャベツ	さとう			
3	水		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		783	
			★宗田かつおのおかか煮	かつお				さとう			
			たくあん和え				たくあん きゅうり キャベツ				
			肉じゃが	ぶたにく さつまあげ		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも さとう			
4	木		きな粉揚げパン 牛乳	きなこ	牛乳			パン さとう	あぶら	741	
			ミートボールのトマト煮	とりにく ぶたにく だいず		にんじん トマト	たまねぎ エリンギ キャベツ えだまめ	さとう でんぷん	オリーブあぶら		
			かみかみサラダ				ごぼう きりぼしだいこん きゅうり とうもろこし				
			ノンエッグマヨネーズ						ノンエッグ マヨネーズ		
5	金		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		773	
			鶏肉の照り焼き	とりにく				さとう でんぷん			
			いんげんのごま和え			さやいんげん	キャベツ	さとう	ごま		
			実だくさん汁	ぶたにく みそ とうふ あぶらあげ		にんじん はねぎ	だいこん	じゃがいも			
8	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		767	
			★めひかりフライ(3尾)	めひかり(魚卵を含む場合あり)				パンこ こむぎこ	あぶら		
			海藻サラダ	まぐろ	かんてん ひじき わかめ		キャベツ きゅうり えだまめ		ドレッシング		
			けんちん汁	とりにく とうふ あぶらあげ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう	じゃがいも			
9	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		722	
			★たこじゃがいもの唐揚げ	たこ				じゃがいも こめこ でんぷん	あぶら		
			ブロッコリーの和え物			ブロッコリー にんじん	キャベツ	さとう			
			沢煮椀	ぶたにく		にんじん はねぎ	たけのこ だいこん ごぼう えのきたけ				
10	水		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		776	
			★厚焼き卵	たまご							
			根菜煮	とりにく		にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう たけのこ こんにゃく	さとう			
			夏野菜のみそ汁	とうふ みそ あぶらあげ		かぼちゃ にんじん はねぎ	なす えのきたけ				
11	木		★アーモンド入り乾燥小魚		かたくちいわし			さとう	アーモンド	804	
			ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン			
			ハンバーグケチャップソースかけ	ぶたにく とりにく だいず			たまねぎ	さとう			
			ツナサラダ	まぐろ			だいこん キャベツ とうもろこし		ドレッシング		
12	金		オニオンスープ	ウィンナー		にんじん パセリ	たまねぎ エリンギ	じゃがいも		759	
			麦ごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ			
			ピピンバ(肉)	ぶたにく みそ			にんにく	さとう			
			ピピンバ(ナムル)			こまつな にんじん	だいずもやし	さとう			
15	月		ビーフンスープ	とりにく		にんじん はねぎ	たけのこ たまねぎ	ビーフン		787	
			★ぶどうゼリー				ぶどう	さとう			
			わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			こめ			
			★キャベツ入りつくね	とりにく ぶたにく			キャベツ				
	小松菜の和え物	かつお		こまつな にんじん	もやし		ドレッシング				
	豚汁	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ		にんじん はねぎ	だいこん	じゃがいも					
	★味付乾燥豆腐	とうふ きなこ				こむぎこ もちこめ さとう コーンスターチ					

歯と口の健康週間

◎食べるときは、よくかんで食べましょう。
 ※給食物資の購入都合により、献立の一部を変更することがあります。
 ※献立表にある★は、加工食品を表しています。すべての食材を表記しているものではありません。
 ※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、詳細なアレルギー資料をご確認ください。
 ※給食センターのメールアドレス kyushoku@city.handa.lg.jp
 『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です』

半田市のホームページで、給食レシピを紹介しています。ぜひ、ご覧いただき、ご家庭でもお試しください。QRコードを読み込むと、すぐにご覧いただけます。



日	曜	除去食対応献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	中学校
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群		
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも 砂糖	油脂・種実		
16	火		ぎしめん 牛乳		牛乳				めん		768
			和風汁	とりにく かまぼこ あぶらあげ		にんじん はねぎ	はくさい えのきたけ	でんぷん			
			あじの甘酢だれかけ	あじ				さとう でんぷん	あぶら		
17	水		愛知の米粉入りパン 牛乳		牛乳				パン		770
			ポークビーンズ	だいず ぶたにく		にんじん パセリ トマト	たまねぎ	じゃがいも さとう でんぷん			
			★フランクフルト	フランクフルト							
18	木		フルーツの牛乳寒天和え		ぎゅうにゅう れんにゅう			もも パインアップル	さとう みずあめ		803
			ごはん 牛乳		牛乳			こめ			
			★さばの八丁味噌煮 オクラの和え物	さば みそ		オクラ	もやし キャバツ	さとう			
19	金	学校給食の日 愛知を食べる	すき焼き風煮	ぶたにく かまぼこ やきどうふ		にんじん	たまねぎ はくさい えのきたけ しろねぎ こんにゃく	さとう		769	
			ごはん 牛乳		牛乳			こめ			
			★愛知県産蓮根入り コロッケ			にんじん	れんこん	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ	あぶら		
22	月		かりもりの和え物	まぐろ		にんじん	かりもり とうもろこし	さとう		868	
			知多半島産 玉ねぎのみそ汁	とうふ みそ あぶらあげ		にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ				
			麦ごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ			
23	火		★春巻き	ぶたにく		にんじん いら	キャバツ もやし エリンギ	こむぎこ	あぶら ごまあぶら	772	
			切干大根の中華和え	ハム		こまつな にんじん	きりぼしだいこん	はるさめ	ドレッシング		
			マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ		にんじん いら	たまねぎしょうが	さとう でんぷん			
24	水		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		785	
			★照り焼き豆腐 ハンバーグ	だいず ぶたにく とりにく とうふ			たまねぎ	さとう でんぷん			
			梅肉和え			にんじん	きゅうり キャバツ うめ	さとう			
25	木		親子煮	とりにく たまご かまぼこ こおりとうふ		にんじん はねぎ	たまねぎ	さとう でんぷん		783	
			サンドイッチパンズパン 牛乳		牛乳			パン			
			★チキン竜田揚げ キャバツソテー	とりにく			キャバツ たまねぎ	でんぷん	あぶら オリーブあぶら		
26	金		豆乳スープ	ベーコン とうにゅう		にんじん	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも		844	
			★ココア牛乳の素					さとう	ココア		
			ごはん 牛乳		牛乳			こめ			
29	月	アジア料理	★いわしの生姜煮	いわし			しょうが	さとう		755	
			生揚げの旨煮	ぶたにく なまあげ さつまあげ		にんじん さやいんげん	たけのこ しょうが	さとう でんぷん			
			冷凍みかん				みかん				
30	火		麦ごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ		787	
			カレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも さとう			
			ハムステーキ	ハム							
30	火		アスパラサラダ	まぐろ		アスパラガス にんじん	キャバツ とうもろこし		ドレッシング	787	
			ごはん 牛乳		牛乳			こめ			
			ちくわの米粉磯辺揚げ (3個)	ちくわ	あおりの			こめこ	あぶら		
6月19日(金)			ひじきの炒め煮	さつまあげ だいず あぶらあげ	ひじき	にんじん	えだまめ	さとう	あぶら	830	
			豆腐と湯葉のすまし汁	とりにく ゆば とうふ		にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ				
			基準値 (1食あたり)	中学校	830						

6月19日(金)は、「愛知を食べる学校給食の日」です！

給食回数 22回

半田市や知多半島、愛知県で作られた食材を特に多く給食に取り入れ、地元の食文化に親んでもらいたいと考えています。

今月の愛知県産の食べ物

こめ 牛にゅう ぶた肉 めひかり たまご とうふ きりぼしだいこん しそ たまねぎ にんじん
かりもり れんこん こまつな ねぎ す しょうゆ みそ



6月29日(月)は、アジア料理提供日です。2026年9月19日(土)から始まるアジア競技大会を応援しよう！！