



# 令和8年6月 給食献立表



大田区立田園調布小学校

日	曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	(赤の食品) 血や肉になる	(黄の食品) 熱や力になる	(緑の食品) 体の調子を整える	ひとこと
1	月	ぶたキムチ丼	ビーフンスープ	○	ぶたにく ベーコン とりにく どうふ 牛乳	米 麦 油 ビーフン	しょうが にんにく はくさい にんじん もやし なら たまねぎ こまつな	給食目標 衛生に気をつけて食事をし よう
2	火	ソース焼きそば 図書コラボメニュー	わかめとたまごのスープ 大学いも	○	ぶたにく 青のり わかめ たまご 牛乳	ちゅうかめん 油 かたくり粉 さつま芋 水あめ さとう	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ピーマン えのき 長ねぎ こまつな	[低学年] 手をきれいに洗おう
3	水	カレーミートパン ウィンナーポテト	マカロニと野菜のスープ れいとうみかん	○	ぶたにく レンズ豆 ベーコン とりにく ひよこ豆 ウィナー 牛乳	コッペパン 油 米粉 マカロニ じゃが芋	しょうが にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン キャベツ パセリ みかん	[中学年] 身のまわりを清潔にして食 事をしよう
4	木	ごはん アジフライ 一汁 二菜	豆とん汁 塩こぶあえ 図書コラボメニュー	○	ぶたにく あぶらあげ 大豆 みそ アジ カツオ節 こんぶ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 こんにやく 小麦粉 生パン粉 乾燥パン粉 さとう	にんじん だいこん ごぼう えのき こまつな 長ねぎ きゅうり キャベツ	[高学年] 身のまわりを整頓し、清潔 にして食事をしよう
5	金	高野どうふのそぼろごはん アメリカ合衆国の料理	みそワタンスープ じゃこ大豆揚げ れいとうみかん	○	とりにく 高野どうふ たまご 大豆 ちりめんじゃこ ぶたにく みそ 牛乳	米 麦 さとう 油 かたくり粉 ごま ワタンの皮	しょうが にんじん さやいんげん にんにく たまねぎ もやし えのき 長ねぎ こまつな なら みかん	
8	月	ジャンバラヤ 一汁 二菜	コーンスープ フルーツヨーグルト	○	とりにく ウィナー いんげん豆 豆乳 生クリーム ヨーグルト 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 米粉 さとう	しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん ピーマン コーン マッシュルーム パセリ もも缶 みかん缶 レモン	《歯と口の健康週間》 6月4日～6月10日は、 歯と口の健康週間です。 この期間の給食では、 かみごたえのある食材 や、カルシウムを多く含む 食材使った料理を取り 上げます。かみごたえの あるものを食べたり、食 後の歯みがきで、歯を 大切にできることを実 践していきましょう。
9	火	いわしのかば焼き丼 一汁 二菜	はっと汁 中華風野菜 宮城県の料理	○	イワシ とりにく あぶらあげ 牛乳	米 麦 かたくり粉 油 さとう シューマイの皮	しょうが だいこん にんじん ごぼう 長ねぎ こまつな きゅうり はくさい かぶ	
10	水	きなこ揚げパン ボルシチ	野菜の和風ドレッシングかけ	○	きな粉 ぶたにく 牛乳	コッペパン 油 さとう じゃが芋 ごま	しょうが にんにく セロリ にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン かぶ もやし きゅうり	
11	木	梅若ごはん 厚揚げの田楽 入梅	じゃが芋ととり肉の煮物 じゃこと大根のサラダ	○	わかめ 厚揚げ とりにく みそ わかめ ちりめんじゃこ 牛乳	米 麦 ごま さとう かたくり粉 油 じゃが芋	刻み梅 しょうが しいたけ にんじん たまねぎ さやいんげん だいこん きゅうり	
12	金	チキンカレーライス	ツナ入りサラダ	○	とり肉 ツナ缶 牛乳	米 麦 油 さとう じゃが芋 米粉	しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン レモン	
15	月	スパゲッティ ラタトゥイユソース	マセドアンサラダ あじさいゼリー	○	ベーコン ぶたにく 金時豆 かいそう 寒天 牛乳	スパゲッティ 油 米粉 じゃが芋 さとう	にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ トマト缶 なす ズッキーニ ピーマン きゅうり リんごジュース ぶどうジュース	《読書月間》 6月は読書月間です。 今月は、物語の中に出 てくる料理や果物と関連 したメニューが給食に登 場します。校内で本を紹 介していますので、ぜひ 読んでみてください。
16	火	チンジャオロース丼	春雨スープ くだもの 図書コラボメニュー	○	ぶたにく ベーコン とりにく 牛乳	米 麦 油 さとう かたくり粉 はるさめ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン えのき こまつな くだもの	
17	水	ツナチャーハン 一汁 二菜	たまごスープ カレーピーンズ	○	ぶたにく ツナ缶 たまご とりにく 大豆 牛乳	米 麦 油 かたくり粉 牛乳	にんにく にんじん たけのこ 長ねぎ たまねぎ えのき こまつな	～題材にした本～ 3日(水) 「小さなスプーン おばさん」
18	木	ごはん とり肉の香味焼き 一汁 二菜	じゃが芋のそぼろ煮 ごまずあえ	○	とりにく ぶたにく カツオ節 牛乳	米 麦 さとう 油 じゃが芋 ごま	しょうが にんにく 長ねぎ にんじん たまねぎ しいたけ さやいんげん もやし だいこん こまつな	4日(木) 「サラダでげんき」
19	金	こくとうパン 野菜のグラタン	白菜とベーコンのスープ 季節の味	○	とりにく いんげん豆 チーズ ベーコン 牛乳	こくとうパン 油 じゃが芋 米粉	にんじん たまねぎ マッシュルーム かぼちゃ コーン はくさい パセリ	16日(火) 「すいかごろごろ」
22	月	冷やしわかめ揚げうどん 一汁 二菜	とうもろこし くだもの 神奈川県料理	○	わかめ ちくわ 牛乳	うどん さとう 米粉 小麦粉 油	にんじん たまねぎ ごぼう ズッキーニ コーン くだもの	
23	火	ごはん サバのねぎみそ焼き 一汁 二菜	けんちん汁 五目きんぴら	○	サバ みそ とりにく あぶらあげ ぶたにく 牛乳	米 麦 油 さとう じゃが芋 こんにやく	しょうが 長ねぎ ごぼう にんじん だいこん こまつな たけのこ	《東京都産の食材について》 今月より、東京都産の 食材に、献立表で下線 を引いています。 献立の中から探して みましょう。
24	水	ツナマヨトースト	ABCスープ れいとうみかん	○	ツナ缶 チーズ ベーコン ぶたにく ひよこ豆 牛乳	食パン マヨネーズ 油 じゃが芋 マカロニ	コーン セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト缶 キャベツ パセリ みかん	◇くだものは、かんきつ類 やメロン・スイカなど 季節のものを使います。
25	木	マーボーなす丼 一汁 二菜	春雨サラダ ホワイトゼリー	○	ぶたにく みそ どうふ こんぶ 寒天 乳酸菌飲料 牛乳	米 麦 油 かたくり粉 はるさめ さとう	しょうが にんにく にんじん たまねぎ なす 長ねぎ なら もやし きゅうり キャベツ	◇材料の都合で献立を 変更することがあります。
26	金	ごはん サケの西京焼き 一汁 二菜	かきたま汁 もやしのサラダ	○	サケ こんぶ とりにく どうふ たまご 牛乳	米 麦 さとう かたくり粉 油	しょうが にんじん たまねぎ えのき こまつな 長ねぎ もやし きゅうり にんにく	
29	月	ごはん ぶたにくのしょうが焼き 一汁 二菜	じゃが芋のみそ汁 ごまあえ	○	ぶたにく 油揚げ みそ わかめ カツオ節 牛乳	米 麦 油 かたくり粉 さとう じゃが芋 ごま	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ こまつな	[今月の平均栄養価] エネルギー 607kcal たんぱく質 23.8g カルシウム 333mg 塩分 2.2g
30	火	スパイシートマトライス	チーズ入りサラダ くだもの	○	ぶたにく レンズ豆 チーズ 牛乳	米 麦 油 コーンスターチ さとう	にんにく たまねぎ マッシュルーム グリーンピース トマト キャベツ きゅうり にんじん コーン くだもの	7月の献立表は 7月1日に配信します。
7/1	水	豚もやし丼	塩ちゃんこ汁 くだもの	○	ぶたにく とりにく どうふ 牛乳	米 麦 油 かたくり粉 さとう	しょうが もやし だいこん にんじん えのき 長ねぎ くだもの	