

令和8年度 6月 食品群別献立表

愛知県立岡崎高等学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き						
			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 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・砂糖	6群 油脂・種実	
1	月	牛乳 ご飯		牛乳				米	
		★さばの八丁みそ煮	さばの八丁みそ煮						
		豚肉と根菜の塩きんぴら	ポーク	塩こんぶ	にんじん 赤パプリカ	キャベツ れんこん えだ豆			油
2	火	すまし汁	厚揚げ	わかめ	ほうれん草				
		牛乳		牛乳					
		ご飯						米	
3	水	チキンチャップ	チキン 大豆		にんじん	玉ねぎ キャベツ エリンギ		でんぶん	油
		ごまつなスープ	ポーク		ごまつな			じゃがいも	
		牛乳		牛乳					
4	木	ひきずり(鶏肉のすき焼き)	チキン 焼き豆腐、うずらたまご		にんじん	玉ねぎ こんにゃく		さとう	油
		みそ汁	油あげ みそ		チンゲンサイ	キャベツ			
		牛乳		牛乳					
8	月	ジュージャー飯	チキン みそ		にんじん ビーマン	たけのこ 玉ねぎ		米 でんぶん	油
		どうふスープ	どうふ		水菜	キャベツ			
		牛乳		牛乳					
9	火	五目まぜご飯	油あげ	ひじき	にんじん	こんにゃく		米 さとう	
		チキンの香味炒め	チキン		ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ		さとう	油
		みそ汁	みそ		チンゲンサイ	ごぼう		じゃがいも	
10	水	鶏みそ丼	チキン みそ		にんじん	玉ねぎ れんこん		米 さとう	油
		青じそサラダ	ツナ 大豆			キャベツ			青じそドレッシング
		わかめスープ	どうふ	わかめ	ごまつな				
11	木	牛乳 ご飯		牛乳				米	
		★いわしのしょうが煮	いわしのしょうが煮						
		豚バラのポン酢炒め	ポーク		にんじん ごまつな	キャベツ 玉ねぎ		さとう でんぶん	油
12	金	みそ汁	油あげ みそ						
		牛乳		牛乳					
		キーマトカレー	チキン		にんじん ほうれん草 トマト	玉ねぎ なす		米	油 カレールウ
15	月	サウザンサラダ	チキン			キャベツ コーン			サウザンドレッシング
		牛乳		牛乳					
		冷やしうどん	油あげ かまぼこ	わかめ	ごまつな			白玉うどん さとう	
16	火	キャベツの肉みそ炒め	チキン みそ		にんじん	キャベツ 玉ねぎ しめじ		さとう	油
		牛乳		牛乳					
		ごろごろチキンライス	チキン		にんじん ビーマン	玉ねぎ エリンギ		米	油 バター
17	水	ハムとお豆のスープ	ポーク 大豆			キャベツ			
		いちごゼリー				ナタデココ (いちご)		ゼリー	
		牛乳 ご飯		牛乳				米	
18	木	★さけの銀紙巻き	さけの銀紙巻き						
		豚肉とえのきのソテー	ポーク		にんじん	えのきたけ 玉ねぎ キャベツ			油
		みそ汁	どうふ みそ			ごぼう		さとう	
19	金	牛乳		牛乳					
		冷やし肉そば						中華めん	肉そばつゆ
		(肉そばの具)	チキン		にんじん ごまつな	玉ねぎ もやし		さとう	油
20	土	中華サラダ	ツナ ミックスビーンズ			キャベツ			
		牛乳		牛乳					
		くるロールパン						くるロールパン	
21	土	チキンのブラウンシチュー	チキン		にんじん ほうれん草	玉ねぎ		じゃがいも	油 デリガラスソース ハヤシルウ
		レタススープ	ポーク			レタス		さつまいも	
		牛乳		牛乳					
22	日	切り干し大根飯	チキン		にんじん	切干大根 えだ豆		米 さとう	油
		★三河赤鯉のチキンカツ	チキンカツ						油
		愛知のみそ汁(うずらたまご&キャベツ)	うずらたまご みそ		ごまつな	キャベツ 玉ねぎ			
23	月	牛乳		牛乳				米	
		ご飯							
		鶏肉と根菜のうま煮	チキン		にんじん	玉ねぎ こんにゃく		じゃがいも さとう	油
24	火	なめこ汁	どうふ みそ	わかめ		なめこ			
		牛乳		牛乳					
		おろしチキンステーキ	チキン						みぞれあん
25	水	ベーコンの和風炒め	ポーク		にんじん ビーマン	キャベツ 玉ねぎ			油
		みそ汁	厚揚げ みそ		ごまつな	大根			
		牛乳		牛乳					
26	木	牛乳		牛乳					
		★さんまのみぞれ煮	さんまのみぞれ煮						
		五目金平	チキン		にんじん ビーマン 赤パプリカ	玉ねぎ ごぼう		さとう	油
27	金	みそ汁	油あげ みそ		水菜	キャベツ			
		牛乳		牛乳					
		★名古屋ソースカツ	ポークカツ						油 ソースカツだれ
28	土	厚揚げのしょうが炒め	チキン 厚揚げ		にんじん	玉ねぎ 大根 しょうが		さとう	油
		みそ汁	みそ		ごまつな	こんにゃく		さとう	
		牛乳		牛乳					

- 都合により献立を変更する場合があります。
- 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。
- 献立名にある★は加工品を表しています。