

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため小・中学校が臨時休業になる場合、学校給食も中止となります。

6月分予定献立表

(給食回数 20回)

久喜市教育委員会
栗橋地区中学校

令和3年度

日付 (曜日)	献立(こんだて)			熱や力となるもの (きいろ)	血・肉・骨となるもの (あか)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量(Kcal) たんぱく質(g)	
	主食	飲料	おかず					
1日 (火)	ご飯	牛乳	かじきの照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の味噌汁	米 油 砂糖 でん粉 じゃが芋 三温糖	牛乳 かじき 豚肉 油揚げ 味噌	生姜 ほうれん草 えのきたけ 玉ねぎ	805 38.4	
2日 (水)	黒パン	牛乳	ハンバーグデミグラスソース こんにやくサラダ(柑橘ドレッシング) ABCマカロニのスープ	パン 砂糖 パン粉 油 ドレッシング マカロニ	牛乳 鶏肉 ウィンナー	玉ねぎ マッシュルーム こんにやく 人参 フロccoliリー セロリ コーン チンゲン菜	853 29.1	
3日 (木)	麦ご飯	牛乳	★むし歯予防献立 ししゃもの磯辺フライ②(ソース) 昆布の煮付け わかめの味噌汁	米 麦 パン粉 でん粉 油 小麦粉 三温糖	牛乳 ししゃも 青のり 昆布 鶏肉 大豆 木綿豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	人参 こんにやく いんげん ねぎ 玉ねぎ 切干大根	769 30.4	
4日 (金)	中華麺	牛乳	豆腐ラーメン 深谷ねぎ入り揚げ餃子③ ごぼうサラダ(香り胡麻ドレッシング)	中華麺 砂糖 小麦粉 油 ドレッシング 片栗粉	牛乳 鶏肉 豚肉 木綿豆腐 わかめ	キャベツ ねぎ なら 生姜 ごぼう 人参 いんげん	830 28.6	
7日 (月)	ご飯	牛乳	さばの塩焼き 生揚げの炒め物 まゆだま汁	米 油 ごま油 でん粉 白玉団子	牛乳 さば 豚肉 生揚げ 鶏肉 なた	玉ねぎ 人参 干し椎茸 小松菜 大根	840 33.3	
8日 (火)	ご飯	牛乳	和風きんぴら包み焼き ほうれん草の磯香和え(しょうゆ・刻みのり) 肉じゃが	米 砂糖 ごま じゃが芋	牛乳 鶏肉 豆腐 豚肉 刻みのり	玉ねぎ ごぼう 人参 生姜 ほうれん草 もやし いんげん 白滝	793 34.5	
9日 (水)	セサミ バーンズ	牛乳	ハムカツ(ソース) カラフルサラダ(イタリアンドレッシング) コーンクリームスープ	パン ごま パン粉 小麦粉 油 ドレッシング ホワイトルウ バター	牛乳 ハム ショルダーベーコン	キャベツ きゅうり 赤ピーマン 人参 コーン 玉ねぎ バセリ	832 29.2	
10日 (木)	ご飯	牛乳	レバーとポテトのオーロラソース和え 枝豆とひじきのサラダ 豚汁	米 でん粉 砂糖 じゃが芋 油 三温糖 ごま	牛乳 豚レバー ひじき 豚肉 木綿豆腐 味噌	枝豆 キャベツ 人参 大根 ごぼう こんにやく ねぎ	855 30.7	
11日 (金)	地粉うどん	牛乳	★郷土料理 埼玉県 なす南蛮うどん ゼリーフライ 小松菜の和え物(玉ねぎドレッシング)	うどん じゃが芋 小麦粉 パン粉 油 ドレッシング 三温糖	牛乳 おから 豚肉 油揚げ	玉ねぎ 人参 ねぎ 小松菜 キャベツ きゅうり なす 生姜 干し椎茸	783 28.8	
14日 (月)	ご飯	牛乳	ポーキングジャーソーテー ひじきの五目煮 あさりの味噌汁	米 三温糖 油	牛乳 豚肉 鶏肉 ひじき 大豆 あさり 木綿豆腐 味噌	玉ねぎ 生姜 りんご 人参 こんにやく 枝豆 大根 ねぎ	769 36.0	
17日 (木)	ご飯	牛乳	いわしの蒲焼き キャベツの和え物(青じそドレッシング) 豆腐の味噌汁	米 でん粉 油 三温糖 ドレッシング	牛乳 いわし わかめ 木綿豆腐 油揚げ 味噌	キャベツ コーン 大根 人参 ねぎ	746 27.4	
18日 (金)	中華麺	牛乳	もやしラーメン たこナゲット③ チンゲン菜のサラダ(香味塩ドレッシング)	中華麺 小麦粉 砂糖 油 ドレッシング ごま油	牛乳 たこ いか たら 豚肉 わかめ	大根 チンゲン菜 人参 ねぎ もやし キャベツ メンマ 生姜 にんにく	762 35.3	
21日 (月)	ご飯	牛乳	鶏肉のひばり揚げ② ほうれん草のごま和え 具だくさん汁	米 小麦粉 パン粉 麦 油 ごま	牛乳 鶏肉 木綿豆腐 油揚げ	生姜 ほうれん草 もやし 人参 大根 こんにやく 小松菜 干し椎茸	898 34.1	
22日 (火)	ご飯	牛乳	にんじんジュウマイ② 海藻サラダ(パンパンジードレッシング) 八宝菜	米 砂糖 でん粉 ごま油 小麦粉 ドレッシング 油	牛乳 たら 海藻 いか えび 豚肉	人参 玉ねぎ きゅうり 赤ピーマン キャベツ 白菜 干し椎茸 生姜	751 30.1	
23日 (水)	子供パン	牛乳	アジの香草焼き ニョッキのトマト煮 野菜のコンソメ	パン パン粉 油 ポテトニョッキ じゃが芋	牛乳 アジ チーズ ショルダーベーコン うずらの卵	赤ピーマン 人参 トマト バセリ セロリ にんにく 玉ねぎ ほうれん草	744 33.8	
24日 (木)	ご飯	牛乳	チーズオムレツ キャベツとコーンのサラダ(フレンチドレッシング) チキンカレー	米 砂糖 油 ドレッシング じゃが芋 カラーフレーク ホワイトルウ	牛乳 卵 チーズ 鶏肉	きゅうり キャベツ コーン 人参 玉ねぎ にんにく 生姜	944 26.9	
25日 (金)	地粉うどん	牛乳	★かみかみ献立(れんこん) きつねうどん れんこんはさみ揚げ 切干大根のオイスターソース炒め	うどん 小麦粉 でん粉 パン粉 油 ごま油 三温糖 砂糖	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ 昆布	れんこん 玉ねぎ 椎茸 切干大根 なら 人参 たけのこ ねぎ	805 33.1	
28日 (月)	ご飯	牛乳	高菜のそぼろ煮 ゆかり和え 彩の国味噌汁 ヨーグルト	米 油 砂糖 ごま じゃが芋	牛乳 豚肉 油揚げ わかめ 味噌 ヨーグルト	高菜 人参 キャベツ きゅうり もやし かぶ 小松菜 ねぎ にんにく	782 29.3	
29日 (火)	ご飯	牛乳	マーボー豆腐 もやしの中華和え(中華ドレッシング) ワンタンスープ	米 砂糖 ごま油 油 片栗粉 ドレッシング 小麦粉	牛乳 木綿豆腐 豚肉 味噌 わかめ なた	玉ねぎ ねぎ 人参 生姜 にんにく 干し椎茸 もやし きゅうり 大根 ザーサイ ねぎ ほうれん草	746 27.9	
30日 (水)	コッペパン	牛乳	フランクフルトマトソース フロccoliリーサラダ(和風ドレッシング) ポトフスープ	パン 油 三温糖 片栗粉 ドレッシング じゃが芋	牛乳 フランクフルト 豚肉	玉ねぎ トマト フロccoliリー 枝豆 カリフラワー 人参 にんにく キャベツ	763 33.8	
※諸般の事情により、材料や献立を変更する場合があります。							月平均栄養摂取量	801 31.6

令和3年度 学校給食使用食材の産地 (栗橋地区中学校)

6月 予定

主 食	食材	産地	魚 介 類	食材	産地	青 果 類	食材	産地	乾 物	食材	産地
	米	埼玉 (久喜産米)		あじ	ニュージーランド		大根	埼玉、群馬他		小松菜	埼玉、茨城
パン	埼玉、アメリカ他	いわし	北海道	玉葱	埼玉	セロリ	茨城、千葉	わかめ	韓国		
麺	埼玉、アメリカ他	ししゃも	ノルウェー	なら	茨城、群馬	チンゲン菜	埼玉、茨城他	ひじき	韓国		
牛 乳	埼玉県 の原乳が不足した場合に他 県から補填しています。 原乳については、各都道府県が検 査し安全確認をおこなっています。	さば	ノルウェー	人参	埼玉、千葉	舞茸	新潟、長野	切干大根	宮崎		
		かじき	太平洋	根深ねぎ	茨城、千葉	エノキ茸	長野				
肉 類	豚肉 群馬県 鶏肉 茨城、宮崎	じゃがいも	長崎	ピーマン	茨城	しめじ	長野				
		きゃべつ	埼玉、茨城	赤・黄ピーマン	韓国	水菜	埼玉、茨城				
		ごぼう	青森、群馬	もやし	栃木、千葉	かぶ	埼玉、千葉				
		きゅうり	埼玉	バセリ	茨城、千葉他	なす	埼玉、栃木他				