

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22回)

久喜市教育委員会  
菖蒲学校給食センター

令和3年度

日付 (曜日)	献立(こんだて)			熱や力となるもの (き)	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	飲物	おかず				小学生	中学生	
1日 (火)	ごはん	牛乳	メンチカツ(ソース) だいこんのあんかけに とうふのみそしる	こめ こむぎこ パンこ あぶら でんぶ	牛乳 ぶたにく とりにく あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ だいこん にんじん えだまめ ねぎ えのき こまつな	618 23.0	803 28.8	
★ 2日 (水)	むぎごはん	牛乳	にくやさしいため ほうれんそうのサラダ(ドレッシング) わかめスープ レモンゼリー	こめ むぎ さとう あぶら ごま ごまあぶら ドレッシング ゼリー	牛乳 ぶたにく とりにく みそ とうふ わかめ	きゃべつ なら しょうが りんご もやし ほうれんそう にんじん たまねぎ ねぎ	634 28.2	824 35.3	
★ 3日 (木)	くろパン	牛乳	グラタン☆ きゅうりのサラダ(ドレッシング) やさしいスープ	パン バター あぶら じゃがいも ホワイトルウ パンこ オリーブオイル ドレッシング	牛乳 とりにく スキムミルク こなチーズ チーズ ベーコン	とうもろこし たまねぎ きゅうり だいこん にんじん きゃべつ	620 23.1	806 28.9	
◎ 4日 (金)	むぎごはん	牛乳	ししゃもフライ(ソース) ふりかけ こんぶのにつけ じゃがいものみそしる	こめ むぎ こむぎこ パンこ あぶら さとう じゃがいも	牛乳 のり ししゃも(手持ち) とりにく こんぶ あぶらあげ とうふ みそ	にんじん こんにやく えだまめ ねぎ たまねぎ こまつな	593 21.4	771 26.8	
◆ 7日 (月)	地粉うどん	牛乳	きつねうどん れんこんのはさみあげ きりぼしだいこんのソースいため	ゆでうどん さとう こむぎこ パンこ あぶら	牛乳 とりにく あぶらあげ ぶたにく かつおぶし	こまつな にんじん ねぎ れんこん たまねぎ きりぼしだいこん もやし いんげん	682 28.6	887 35.8	
★ 8日 (火)	わかめごはん	牛乳	さけのしおこうじやき こまつなのサラダ(ドレッシング) みそけんちんじる ヨーグルト	こめ さとも あぶら ドレッシング	牛乳 わかめ さけ とうふ あぶらあげ みそ ヨーグルト	こまつな もやし にんじん だいこん ねぎ ごぼう こんにやく たまねぎ	600 27.5	780 34.4	
★ 9日 (水)	むぎごはん	牛乳	ハヤシライス☆ ガーリックチキン ブロッコリーのサラダ(ドレッシング)	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら ハヤシルウ オリーブオイル ドレッシング	牛乳 ぶたにく とりにく	たまねぎ にんじん トマト にんにく マッシュルーム ブロッコリー きゃべつ とうもろこし	691 28.0	898 35.0	
★ 10日 (木)	はちみつパン	牛乳	しろみぎかなバジルチーズフライ(ソース)☆ だいこんサラダ(ドレッシング) ミネストローネ☆	パン こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも オリーブオイル ドレッシング	牛乳 ホキ チーズ ベーコン	バジル にんじん たまねぎ セロリ にんにく トマト とうもろこし だいこん きゅうり	651 24.8	846 31.0	
11日 (金)	むぎごはん	牛乳	ししゃもなきようざあげ きゃべつのナムル(ドレッシング) ワンタンスープ	こめ むぎ こむぎこ パンこ あぶら ワンタン(こむぎこ) ごまあぶら	牛乳 ぶたにく	しゃくしな きゃべつ たまねぎ なら にんにく しょうが もやし にんじん ねぎ こまつな	608 18.6	790 23.3	
14日 (月)	ちゅうかめん	牛乳	とうふラーメン☆ みそポテト こまつなのサラダ(ドレッシング)	ちゅうかめん あぶら でんぶ じゃがいも こむぎこ さとう ドレッシング	牛乳 ぶたにく みそ とうふ わかめ	にんじん ねぎ しょうが もやし こまつな たまねぎ	686 25.0	892 31.3	
15日 (火)	ごはん	牛乳	てりやきハンバーグ あつあげとぶたにくのいためもの たまねぎのみそしる	こめ パンこ あぶら さとう でんぶ	牛乳 とりにく ぶたにく あつあげ みそ	たまねぎ しょうが ちんげんさい きゃべつ にんじん ねぎ えのき	606 24.5	788 30.6	
16日 (水)	ごはん	牛乳	さばのみそだれがけ ひじきのにももの☆ しげただじる	こめ さとう でんぶ しらたまだんご	牛乳 さば みそ とりにく ひじき さつまあげ あぶらあげ	にんじん こんにやく えだまめ ねぎ こまつな だいこん	607 25.3	789 31.6	
★ 17日 (木)	フォカッチャ	牛乳	たこナゲット ブロッコリーのサラダ(ドレッシング) チリコンカン	パン こむぎこ さとう あぶら でんぶ ドレッシング	牛乳 たこ いか たら だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく ブロッコリー きゃべつ とうもろこし	637 29.3	828 36.6	
18日 (金)	ごはん	牛乳	のりしおからあげ☆ やさしいたつぷりだんごキムチ☆ はるさめスープ	こめ さとう ごまあぶら あぶら でんぶ はるさめ	牛乳 とりにく あおのり ぶたにく とうふ	しょうが ほくさいキムチ きゃべつ なら にんにく たまねぎ にんじん こまつな ねぎ	627 28.4	815 35.5	
◇ 21日 (月)	地粉うどん	牛乳	なすなんばんうどん てづくりゼリーフライ☆ こまつなのあえもの(ドレッシング)	ゆでうどん じゃがいも こむぎこ パンこ あぶら さとう ドレッシング	牛乳 ぶたにく あぶらあげ おから	なす しょうが にんじん ねぎ たまねぎ きゃべつ こまつな	685 23.2	891 29.0	
22日 (火)	ごはん	牛乳	ささみカツ(ソース) ぶたにくとズッキーニのいためもの あおさのみそしる	こめ こむぎこ パンこ あぶら	牛乳 とりにく ぶたにく とうふ あおさのり みそ	しょうが ズッキーニ たまねぎ たけのこ エリンギ ねぎ だいこん にんじん	597 27.3	776 34.1	
23日 (水)	むぎごはん	牛乳	いかのしょうがやき はるさめサラダ(ドレッシング) ミートボールのすぶた	こめ むぎ さとう あぶら でんぶ はるさめ ドレッシング	牛乳 いか ミートボール うずらたまご	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン きゅうり もやし	619 26.6	805 33.3	
24日 (木)	ソフトフランス パン	牛乳	やきフランクケチャップソースかけ やきそば☆ コンソメスープ	パン さとう でんぶ ちゅうかめん あぶら	牛乳 フランクフルト ぶたにく	もやし きゃべつ たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	627 26.5	815 33.1	
★ 25日 (金)	むぎごはん	牛乳	だいたいのキーマカレー きゃべつのサラダ(ドレッシング) れいとうみかん☆	こめ むぎ あぶら カレールウ ドレッシング	牛乳 ぶたにく だいず	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン トマト もやし きゃべつ きゅうり みかん	673 27.7	841 34.6	
28日 (月)	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメン ポークシュウマイ こまつなのナムル(ドレッシング)	ちゅうかめん あぶら ごま ごまあぶら こむぎこ ドレッシング	牛乳 ぶたにく みそ	にんにく しょうが たまねぎ きゃべつ なら にんじん もやし とうもろこし ねぎ だいこん こまつな	608 25.8	790 32.3	
29日 (火)	ごはん	牛乳	レバーとポテトのオーロラソースあえ きんぴらごぼう☆ もずくのすましじる	こめ でんぶ あぶら じゃがいも さとう ごま	牛乳 ぶたレバー さつまあげ かまぼこ とりにく とうふ もずく	にんにく しょうが にんじん ごぼう こんにやく えだまめ たまねぎ ねぎ ほししいたけ	637 23.4	828 29.3	
30日 (水)	むぎごはん	牛乳	いわしのみぞれに もやしのサラダ(ドレッシング) にくじゃが☆	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら ドレッシング	牛乳 いわし ぶたにく	だいこん もやし にんじん きゃべつ たまねぎ いんげん しらたき しょうが	616 24.7	801 30.9	
							<b>月平均栄養摂取量</b>	633 25.5	821 31.9

\* 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。

★印は、スプーンをつく日ですが、毎日清潔な「箸」を用意しましょう。

◎印は、行事食「むしば予防献立」、◇印は、郷土食「埼玉県」、◆印は、「かみかみ献立」です。☆印は、「もう一度食べたい菖蒲学校給食センターの

6月分 学校給食使用食材料の産地(予定)

主産品	産地(予定)		産地(予定)	産地(予定)	産地(予定)	産地(予定)	産地(予定)	産地(予定)	産地(予定)		
	品名	産地(予定)									
主食	米	久喜産米	たけのこ	和歌山、徳島	ししゃも	ノルウェー、アイスランド	もやし	栃木	ほうれん草	九州	
	パン	埼玉、アメリカ他	わかめ	三陸	さけ	北海道	きゅうり	埼玉	ブロッコリー	エクアドル	
	麺	埼玉、アメリカ他	はるさめ	タイ	ホキ	ニュージーランド	きゃべつ	久喜	いんげん	北海道	
牛乳	牛乳	埼玉、北海道他	ひじき	長崎、鹿児島他	さば	アイスランド	チンゲン菜	茨城	とうもろこし	北海道	
			ほししいたけ	岐阜、島根	たこ	ベトナム	ごまつな	埼玉	ごぼう	茨城	
	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。	かつお節	静岡	いかに	ベルギー	とうふ	埼玉、茨城	えだまめ	北海道	ブロッコリー	エクアドル
		切干大根	宮崎	たら	ペーリング海	みそ	にんにく	久喜、青森	トマト	イタリア	
		こんぶ	北海道	もずく	沖縄	しょうが	高知	なす	埼玉	ズッキーニ	久喜
		豚肉	群馬	いわし	日本	セロリ	茨城、栃木	みかん	愛媛		
		鶏肉	青森、茨城他	にんじん	久喜						
		ベーコン	群馬、千葉他	たまねぎ	久喜						
		豚レバー	北海道	じゃがいも	久喜						
卵類	うずら卵	静岡、愛知他									