



令和8年度

6 月 給 食 献 立 予 定 表

秩父市立北部共同調理場



日	曜	主 食	牛乳	お か ず	血や肉、骨や歯に なる食品（赤）	熱や力のもとに なる食品（黄）	からだの調子を 整える食品（緑）	I・kcal	タ・g
1	月	わかめごはん	牛乳	厚揚げの五目中華煮 野菜パオズ② もやしの中華サラダ	牛乳 わかめ 生揚げ 豚肉 鶏肉 ひじき	ごはん 油 砂糖 ごま油 でん粉 パン粉 小麦粉 ごま	玉葱 人参 筍 小松菜 木耳 生姜 にんにく キャベツ ほうれん草 もやし	846	31.5
2	火	ごはん	牛乳	春雨スープ 油淋鶏 チョレギサラダ	牛乳 ベーコン 鶏肉 わかめ のり	ごはん 春雨 ごま油 でん粉 油 砂糖 ごま	玉葱 もやし 人参 小松菜 椎茸 にんにく 生姜 葱 キャベツ	841	31.3
3	水	コッペパン スライス	牛乳	ABCスープ フライドポテト スラッピージョー	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆 チーズ	パン マカロニ じゃが芋 油 小麦粉 砂糖	キャベツ 玉葱 人参 生姜 にんにく	777	29.4
4	木	かてめし	牛乳	かきたま汁 かみかみたこメンチカツ 青りんごゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ たまご 豆腐 たら たこ のり	ごはん 油 砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉	人参 ごぼう こんにゃく 椎茸 玉葱 小松菜 もやし キャベツ 生姜 りんご	810	33.2
5	金	はちみつパン	牛乳	コーンシチュー あじフリッター② キャベツサラダ	牛乳 鶏肉 あじ のり	パン じゃが芋 油 小麦粉 バター でん粉 砂糖 米粉	玉葱 人参 とうもろこし キャベツ もやし	787	26.7
8	月	ごはん	牛乳	野菜の味噌汁 さばの生姜煮 じゃが芋のきんぴら	牛乳 油揚げ わかめ さば 鶏肉 さつま揚げ	ごはん じゃが芋 油 砂糖 ごま	キャベツ もやし 玉葱 人参 生姜 ごぼう いんげん こんにゃく	798	38.3
9	火	ごはん	牛乳	豆腐のうま煮 ボークシューマイ② もやしのナムル	牛乳 豆腐 豚肉	ごはん 油 でん粉 ごま油 小麦粉 パン粉 砂糖 ごま	玉葱 キャベツ 人参 筍 木耳 にんにく 生姜 もやし 小松菜	777	35.0
10	水	地粉うどん	牛乳	肉うどんの汁 味噌ポテト 磯香和え	牛乳 豚肉 なた のり	うどん じゃが芋 小麦粉 油 砂糖	生姜 人参 椎茸 葱 小松菜 ほうれん草 キャベツ もやし	771	32.8
11	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス ハニーレモンサイダーゼリー チーズ	牛乳 豚肉 チーズ	ごはん じゃが芋 油 小麦粉 砂糖 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 トマト レモン もも バイン みかん	872	28.4
12	金	ツイストパン	牛乳	ボークビーンズ チキンナゲット② ほうれん草ソテー	牛乳 大豆 豚肉 チーズ 鶏肉 おから	パン じゃが芋 砂糖 油 米粉 でん粉	玉葱 人参 ピーマン にんにく トマト 生姜 ほうれん草 とうもろこし もやし	788	36.2
15	月	しゃくし菜 チャーハン	牛乳	味噌ワントンスープ 深谷ねぎメンチカツ ヨーグルト	牛乳 豚肉 鶏肉 おから ヨーグルト	ごはん ごま油 小麦粉 油 パン粉 でん粉 砂糖	しゃくし菜 人参 葱 生姜 にんにく キャベツ もやし 玉葱	794	31.9
16	火	ごはん	牛乳	スタミナ肉じゃが 彩の国なっとう たくあん和え	牛乳 豚肉 大豆	ごはん じゃが芋 ごま油 砂糖 ごま	玉葱 人参 白滝 にら にんにく 生姜 たくあん もやし ほうれん草	781	32.0
17	水	コッペパン スライス	牛乳	焼きそば ウインナーのケチャップソース 彩の国サラダ（ノンエッグマヨネーズ）	牛乳 豚肉 ウインナー ひじき	パン 小麦粉 油 砂糖 さつま芋 ごま	キャベツ 玉葱 もやし 人参 にんにく 生姜 小松菜 れんこん	838	31.7
18	木	ごはん	牛乳	重忠汁 埼玉県産八頭コロッケ ひじきのそぼろ炒め	牛乳 鶏肉 ひじき たまご	ごはん じゃが芋 油 でん粉 りん芋 砂糖 パン粉	ごぼう 人参 大根 こんにゃく 葱 小松菜 玉葱 生姜 枝豆	806	26.5
19	金	子供パン	牛乳	パンブキンポータージュ バーベキュー煮込みハンバーグ 花野菜サラダ	牛乳 ベーコン 鶏肉 豚肉	パン 油 小麦粉 バター 砂糖 でん粉 じゃが芋	南瓜 玉葱 人参 りんご にんにく ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	801	31.9
22	月	ごはん	牛乳	打ち豆汁 さけフライ えごま和え	牛乳 大豆 油揚げ さけ	ごはん じゃが芋 油 パン粉 小麦粉 砂糖 ごま	大根 人参 葱 小松菜 ほうれん草 キャベツ もやし えごま	790	34.6
23	火	ごはん	牛乳	ボークカレー 秩父こんにゃくサラダ 小魚	牛乳 豚肉 茎わかめ かたくちいわし	ごはん じゃが芋 油 小麦粉 でん粉 砂糖	玉葱 人参 にんにく 生姜 こんにゃく 小松菜 キャベツ もやし	800	28.7
24	水	中華めん	牛乳	野菜ラーメンのスープ 春巻き 春雨サラダ	牛乳 豚肉 なた 鶏肉	めん 油 でん粉 春雨 小麦粉 砂糖 ごま油	もやし 玉葱 人参 木耳 にんにく 生姜 筍 キャベツ 椎茸 とうもろこし	761	28.0
29	月	ごはん	牛乳	トックスープ 揚げ餃子② 豚キムチ	牛乳 鶏肉 大豆粉 豚肉 生揚げ	ごはん じゃが芋 油 上新粉 でん粉 ごま油 小麦粉 砂糖 ごま	人参 玉葱 もやし キムチ キャベツ 葱 にら 生姜 にんにく	801	27.5
30	火	ごはん	牛乳	野菜のきつね煮 肉だんごの照り焼きあん② 塩昆布和え	牛乳 油揚げ 鶏肉 たまご 昆布	ごはん じゃが芋 砂糖 油 パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 ごま油	大根 人参 こんにゃく 玉葱 りんご キャベツ もやし 小松菜	805	31.5

※ごはん、パンの製造工場においては、卵、乳、ごまを含む製品を製造しています。
※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

6月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。

「彩の国ふるさと学校給食月間」は、“地域や埼玉県で作られた食材に感謝をし、昔から地域に伝わる伝統の郷土食を食べて、自分達の住む地域のことを更に知ること”を目的とした試みです。今月の給食には郷土食や秩父地域・埼玉県で