



令和4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 す	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）	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1	水	コッパパン スライス	牛乳	焼きそば ウインナーのケチャップソース ゆで野菜サラダ（玉葱ドレッシング）	牛乳 豚肉 のり ウインナー	パン めん 油 砂糖	キャベツ 玉葱 人参 ブロッコリー 胡瓜 とうもろこし ピーマン 葱 ゆず	805	35.6
2	木	かてめし	牛乳	豆腐とわかめの味噌汁 あじフリッター③ 青りんごゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ 豆腐 わかめ あじ 沖あみ のり	ごはん 油 砂糖 小麦粉 でん粉 米粉	人参 ごぼう こんにゃく 椎茸 玉葱 りんご	857	33.6
3	金	食パン （チョコクリーム）	牛乳	コーンポタージュ かみかみタコメンチ グリーンサラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 ベーコン たこ たら のり	パン クリーム 油 じゃが芋 小麦粉 バター でん粉 砂糖 パン粉	玉葱 とうもろこし アスパラ 胡瓜 枝豆 ブロッコリー キャベツ 生姜 トマト	849	31.1
6	月	ごはん	牛乳	小松菜の味噌汁 いわしの梅煮 かみかみさんぴら	牛乳 油揚げ いわし いか 鶏肉 竹輪	ごはん 油 砂糖 でん粉	小松菜 人参 葱 大根 ごぼう れんこん こんにゃく しそ 梅	819	35.1
7	火	ごはん	牛乳	豆腐のうま煮 彩の国ニラまんじゅう② 大豆もやしのナムル	牛乳 豆腐 豚肉 大豆粉	ごはん 油 でん粉 ごま油 ごま コーンスターチ 小麦粉 砂糖	玉葱 キャベツ 人参 ピーマン 筍 木耳 にんにく 生姜 小松菜 大豆もやし にら 葱	841	36.2
8	水	地粉うどん	牛乳	肉うどんの汁 切干大根のサラダ（塩ドレッシング） きなこ団子⑥	牛乳 豚肉 なんと 荳わかめ きなこ	うどん 上新粉 砂糖 油	生姜 人参 椎茸 葱 小松菜 大根 胡瓜 玉葱 にんにく レモン	800	33.6
9	木	ごはん	牛乳	トマトハヤシライス 杏仁フルーツ パリッシュ	牛乳 豚肉 かたくちいわし 豆乳	ごはん じゃが芋 油 バター 小麦粉 砂糖 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 トマト みかん もも ナタデココ	893	27.5
10	金	バターロール	牛乳	じゃが芋と鶏肉のスープ 白身魚のサルサソース コールスローサラダ	牛乳 鶏肉 メルルーサ	パン じゃが芋 油 でん粉 砂糖	玉葱 人参 葱 とうもろこし にんにく トマト キャベツ 胡瓜	867	35.6
13	月	わかめ麦ごはん	牛乳	厚揚げのチャオサイ 春雨サラダ 冷凍バイン	牛乳 わかめ 生揚げ 豚肉	ごはん 油 砂糖 でん粉 春雨 ごま油	キャベツ 玉葱 人参 筍 生姜 とうもろこし バイン	816	28.1
14	火	ごはん	牛乳	かきたま汁 味付トンカツ② 小松菜のじゃこ炒め	牛乳 たまご 豆腐 油揚げ 豚肉 ちりめんじゃこ 大豆粉	ごはん でん粉 油 砂糖 パン粉	玉葱 チンゲンサイ 人参 椎茸 小松菜 とうもろこし	834	35.6
16	木	ごはん	牛乳	スタミナ肉じゃが 彩の国なっとう えごま和え	牛乳 豚肉 大豆	ごはん じゃが芋 ごま油 砂糖 ごま えごま	玉葱 人参 白滝 にら にんにく 生姜 キャベツ ほうれん草	853	33.2
17	金	子供パン スライス	牛乳	ABCスープ スラッピージョー ごぼうサラダ（ごまドレッシング）	牛乳 ベーコン 豚肉 チーズ ひじき	パン マカロニ じゃが芋 油 小麦粉 ごま 砂糖	キャベツ 玉葱 人参 生姜 にんにく ごぼう れんこん	826	30.0
20	月	ごはん	牛乳	野菜碗 さばのみりん焼き 塩昆布和え	牛乳 生揚げ さば 昆布	ごはん じゃが芋 ごま油	大根 玉葱 葱 人参 キャベツ 小松菜	833	31.6
21	火	ごはん	牛乳	ポークカレー 秩父こんにゃくサラダ（青じそドレッシング） 福神漬	牛乳 豚肉 荳わかめ	ごはん じゃが芋 油 砂糖 小麦粉 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 こんにゃく 胡瓜 小松菜 キャベツ れんこん レモン しそ 大根 茄子	841	28.2
22	水	中華めん	牛乳	キムチラーメンのスープ 春巻き 中華サラダ（中華ドレッシング）	牛乳 豚肉 鶏肉	めん 油 砂糖 でん粉 春雨 小麦粉	キムチ キャベツ 人参 葱 にら にんにく 生姜 もやし 小松菜 玉葱 筍 椎茸	801	29.6
23	木	しゃくし菜 ピラフ	牛乳	コンソメスープ とびうおフライ ヨーグルト	牛乳 ベーコン ハム とびうお ヨーグルト	ごはん バター じゃが芋 油 パン粉 小麦粉 でん粉	しゃくし菜 玉葱 人参 とうもろこし キャベツ	825	30.2
24	金	フラワーロール	牛乳	豆乳キャロットスープ 煮込みハンバーグ ゆで野菜サラダ（コーンクリーミードレッシング）	牛乳 ベーコン 豆乳 鶏肉 豚肉	パン じゃが芋 油 コーンスターチ マーガリン 砂糖 でん粉	玉葱 人参 りんご ブロッコリー キャベツ とうもろこし フルーン レモン	838	30.2
27	月	ごはん	牛乳	キャベツの味噌汁 鶏肉の香り揚げ② 切干大根の煮物	牛乳 鶏肉 油揚げ 竹輪 たまご	ごはん 油 砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉 米粉	キャベツ 玉葱 人参 大根 いんげん 椎茸 白滝 生姜 にんにく	804	32.3
28	火	ごはん	牛乳	野菜のきつね煮 白ごまつね③ ゆかり和え	牛乳 油揚げ 鶏肉	ごはん じゃが芋 砂糖 油 パン粉 ごま でん粉	大根 人参 こんにゃく ほうれん草 キャベツ もやし しそ 玉葱	858	31.1
29	水	はちみつパン	牛乳	豆腐とたまごのスープ かぼちゃコロッケ 花野菜サラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 豆腐 たまご 鶏肉	パン でん粉 油 パン粉 小麦粉 じゃが芋 砂糖	玉葱 人参 椎茸 チンゲンサイ かぼちゃ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし トマト	828	31.0
30	木	ごはん	牛乳	麻婆茄子 エビシューマイ③ チョレギサラダ（塩ドレッシング）	牛乳 豆腐 豚肉 えび わかめ のり たら 大豆粉	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま油 ごま 小麦粉	茄子 玉葱 人参 にら 筍 生姜 にんにく キャベツ 葱 レモン	838	30.6

※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。