



令和6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<br>なる食品（赤）            | 熱や力のもとに<br>なる食品（黄）                     | からだの調子を<br>整える食品（緑）                                       | 1人分 -<br>kcal | 1人分 質<br>g |
|----|---|-----------------|----|----------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------|------------|
| 3  | 月 | ごはん             | 牛乳 | 肉丼の具<br>厚焼きたまご<br>塩昆布和え                | 牛乳 豚肉 かまぼこ<br>たまご 昆布           | ごはん 砂糖 油<br>ごま油 でん粉                    | 玉葱 人参 いんげん<br>白滝 生姜 キャベツ<br>もやし 小松菜                       | 801           | 36.3       |
| 4  | 火 | ごはん             | 牛乳 | 野菜碗<br>ししゃもフリッター②<br>きんぴら              | 牛乳 生揚げ<br>ししゃも 沖あみ<br>のり 鶏肉 竹輪 | ごはん じゃがいも<br>油 砂糖 小麦粉<br>でん粉 米粉        | 大根 玉葱 葱 人参<br>ごぼう れんこん<br>こんにゃく                           | 796           | 30.0       |
| 5  | 水 | 地粉うどん           | 牛乳 | さぬきうどんの汁<br>味噌ポテト<br>切干大根サラダ           | 牛乳 鶏肉 油揚げ<br>なると わかめ<br>茎わかめ   | うどん じゃがいも<br>小麦粉 油 砂糖                  | 人参 葱 生姜 大根<br>胡瓜                                          | 762           | 28.0       |
| 6  | 木 | ごはん             | 牛乳 | 麻婆豆腐<br>春雨サラダ<br>プリン                   | 牛乳 豆腐 豚肉<br>豆乳                 | ごはん 油 砂糖<br>でん粉 ごま油<br>春雨              | 葱 人参 筍 たら 椎茸<br>にんにく 生姜 キャベツ<br>もやし とうもろこし                | 808           | 28.0       |
| 7  | 金 | フラワーロール         | 牛乳 | カレーコーンチャウダー<br>チキンナゲット②<br>ブロッコリーサラダ   | 牛乳 ベーコン 鶏肉                     | パン じゃがいも<br>小麦粉 バター 油<br>砂糖 でん粉 パン粉    | 玉葱 人参 とうもろこし<br>ブロッコリー キャベツ<br>もやし にんにく                   | 813           | 27.3       |
| 10 | 月 | かてめし            | 牛乳 | かきたま汁<br>深谷ねぎメンチカツ<br>ハスカップゼリー         | 牛乳 鶏肉 油揚げ<br>たまご 豆腐 豚肉         | ごはん 油 砂糖<br>でん粉 パン粉<br>小麦粉             | 人参 ごぼう こんにゃく<br>椎茸 玉葱 小松菜 葱<br>生姜 ハスカップ                   | 836           | 31.5       |
| 11 | 火 | ごはん             | 牛乳 | 春雨スープ<br>コーン焼売③<br>ビビンバの具              | 牛乳 鶏肉 豆腐<br>豚肉                 | ごはん 春雨 ごま油<br>砂糖 ごま でん粉<br>小麦粉         | 人参 小松菜 玉葱<br>とうもろこし キャベツ<br>にんにく 生姜 葱 もやし<br>大根 ほうれん草 キムチ | 781           | 29.3       |
| 12 | 水 | 食パン<br>(いちごジャム) | 牛乳 | 白花豆のポタージュ<br>ウインナーのケチャップソース<br>グリーンサラダ | 牛乳 ベーコン<br>ウインナー チーズ           | パン ジャム<br>じゃがいも 油<br>バター 砂糖 小麦粉<br>でん粉 | 玉葱 人参 パセリ<br>白花豆 キャベツ 枝豆<br>ほうれん草 ブロッコリー                  | 813           | 30.6       |
| 13 | 木 | ごはん             | 牛乳 | じゃがいもの味噌汁<br>さばのみりん焼き<br>小松菜和え         | 牛乳 油揚げ わかめ<br>さば               | ごはん じゃがいも<br>油 砂糖                      | 玉葱 人参 いんげん<br>小松菜 キャベツ もやし<br>とうもろこし                      | 782           | 26.2       |
| 14 | 金 | はちみつパン          | 牛乳 | 大豆と挽肉のトマト煮<br>たこナゲット②<br>ほうれん草ソテー      | 牛乳 大豆 豚肉<br>たこ いか たちうお<br>大豆粉  | パン じゃがいも<br>油 砂糖 パン粉<br>小麦粉 でん粉        | 玉葱 人参 ピーマン<br>トマト にんにく<br>ほうれん草 とうもろこし                    | 795           | 32.8       |
| 17 | 月 | ごはん             | 牛乳 | 豚汁<br>鶏肉の唐揚げ②<br>えごま和え                 | 牛乳 豚肉 豆腐<br>鶏肉                 | ごはん じゃがいも<br>油 砂糖 ごま<br>小麦粉 でん粉        | 大根 ごぼう 葱 人参<br>こんにゃく 小松菜<br>キャベツ もやし えごま                  | 773           | 28.0       |
| 18 | 火 | わかめごはん          | 牛乳 | 厚揚げの五目煮<br>たくあん和え<br>青りんごゼリー           | 牛乳 わかめ 生揚げ<br>豚肉 たまご           | ごはん 油 砂糖<br>ごま                         | 玉葱 人参 筍 たくあん<br>もやし 小松菜 りんご                               | 801           | 31.0       |
| 19 | 水 | 中華めん            | 牛乳 | 豆乳タンタンメンのスープ<br>埼玉まんじゅう②<br>チョレギサラダ    | 牛乳 豚肉 豆乳<br>鶏肉 わかめ のり          | めん 油 ごま<br>ごま油 砂糖<br>でん粉 パン粉           | しゃくし菜 もやし 葱<br>小松菜 にんにく 生姜<br>キャベツ 人参 たら                  | 786           | 35.1       |
| 20 | 木 | ごはん             | 牛乳 | ポークカレー<br>秩父こんにゃくサラダ<br>チーズ            | 牛乳 豚肉 チーズ                      | ごはん じゃがいも<br>油 砂糖 小麦粉<br>でん粉           | 玉葱 人参 にんにく<br>生姜 こんにゃく 小松菜<br>キャベツ もやし                    | 852           | 28.4       |
| 21 | 金 | バターロール          | 牛乳 | じゃがいもと鶏肉のスープ<br>白身魚のサルサソース<br>ゆで野菜サラダ  | 牛乳 鶏肉<br>メルルーサ                 | パン じゃがいも<br>でん粉 油 砂糖                   | 玉葱 人参 葱<br>とうもろこし にんにく<br>トマト ブロッコリー<br>キャベツ もやし          | 826           | 36.2       |
| 24 | 月 | ごはん             | 牛乳 | 中華丼の具<br>揚げ餃子②<br>もやしのナムル              | 牛乳 豚肉 いか<br>えび たまご 鶏肉          | ごはん 油 でん粉<br>ごま油 ごま 砂糖<br>小麦粉 パン粉      | キャベツ 玉葱 人参<br>筍 木耳 生姜 もやし<br>小松菜                          | 822           | 36.9       |
| 25 | 火 | しゃくし菜<br>ピラフ    | 牛乳 | 野菜スープ<br>とびうおフライ<br>ヨーグルト              | 牛乳 ハム ベーコン<br>とびうお ヨーグルト       | ごはん バター<br>じゃがいも 油<br>パン粉 小麦粉<br>でん粉   | しゃくし菜 玉葱 人参<br>とうもろこし キャベツ<br>もやし                         | 800           | 28.5       |
| 26 | 水 | ツイストパン          | 牛乳 | ミートソースペンネ<br>アンサンブルエッグ<br>花野菜サラダ       | 牛乳 豚肉 たまご<br>チーズ ベーコン          | パン マカロニ<br>油 バター 砂糖<br>じゃがいも でん粉       | 玉葱 人参 ピーマン<br>にんにく ブロッコリー<br>カリフラワー とうもろこし                | 856           | 32.5       |
| 27 | 木 | ごはん             | 牛乳 | 野菜のきつね煮<br>彩の国なっとう<br>磯香和え             | 牛乳 油揚げ 鶏肉<br>大豆 のり             | ごはん じゃがいも<br>砂糖 油                      | 大根 人参 こんにゃく<br>小松菜 キャベツ もやし                               | 798           | 32.6       |

※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。

## 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・埼玉県で作られた食材をより多く取り入れています。