



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補給 - kcal	外パク質 g
1	月	わかめごはん	牛乳	あつあげのごもくちゅうかに やさしいオズ もやしのちゅうかサラダ	牛乳 わかめ なまあげ ぶたにく とりにく ひじき	ごはん あぶら さとう ごまあぶら でんぷん パンこ こむぎこ ごま	たまねぎ にんじん たけのこ こまつな きくらげ しょうが にんにく キャベツ ほうれんそう もやし	604	24.2
2	火	ごはん	牛乳	はるさめスープ ユーリンチー チョレギサラダ	牛乳 ベーコン とりにく わかめ のり	ごはん はるさめ ごまあぶら でんぷん あぶら さとう ごま	たまねぎ もやし にんじん こまつな しいたけ にんにく しょうが ねぎ キャベツ	633	24.7
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 ぶたにく だいす チーズ	パン マカロニ じゃがいも あぶら こむぎこ さとう	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが にんにく	600	23.5
4	木	かてめし	牛乳	かきたまじる かみかみたこメンチカツ あおりんごゼリー	牛乳 とりにく あぶらあげ たまご とうふ たら たこ のり	ごはん あぶら さとう でんぷん パンこ こむぎこ	にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ たまねぎ こまつな もやし キャベツ しょうが りんご	652	27.0
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 とりにく あじ のり	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター でんぷん さとう こめこ	たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ もやし	636	22.9
8	月	ごはん	牛乳	やさしいみそしる さばのしょうがに じゃがいものきんぴら	牛乳 あぶらあげ わかめ さば とりにく さつまあげ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま	キャベツ もやし たまねぎ にんじん しょうが ごぼう いんげん こんにゃく	599	29.5
9	火	ごはん	牛乳	とうふのうまに ポークシューマイ② もやしのナムル	牛乳 とうふ ぶたにく	ごはん あぶら でんぷん ごまあぶら こむぎこ パンこ さとう ごま	たまねぎ キャベツ にんじん たけのこ きくらげ にんにく しょうが もやし こまつな	604	28.6
10	水	じごなうどん	牛乳	にくうどんの汁 みそポテト いそかあえ	牛乳 ぶたにく なると のり	うどん じゃがいも こむぎこ あぶら さとう	しょうが にんじん しいたけ ねぎ こまつな ほうれんそう キャベツ もやし	606	26.8
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 ぶたにく チーズ	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ さとう でんぷん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト レモン もも パイン みかん	672	23.4
12	金	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ チキンナゲット② ほうれんそうソテー	牛乳 だいす ぶたにく チーズ とりにく おから	パン じゃがいも さとう あぶら こめこ でんぷん	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく トマト しょうが ほうれんそう とうもろこし もやし	635	30.1
15	月	しゃくしな チャーハン	牛乳	みそワタンスープ ぶかやねぎメンチカツ ヨーグルト	牛乳 ぶたにく とりにく おから ヨーグルト	ごはん ごまあぶら こむぎこ あぶら パンこ でんぷん さとう	しゃくしな にんじん ねぎ しょうが にんにく キャベツ もやし たまねぎ	646	26.6
16	火	ごはん	牛乳	スタミナにくじゃが さいのくになっとう たくあんあえ	牛乳 ぶたにく だいす	ごはん じゃがいも ごまあぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん しらたき にんにく しょうが たくあん もやし ほうれんそう	593	25.4
17	水	コッペパン スライス	牛乳	やきそば ウインナーのケチャップソース さいのくにサラダ (ノンエッグマヨネーズ)	牛乳 ぶたにく ウインナー ひじき	パン こむぎこ あぶら さとう さつまいも ごま	キャベツ たまねぎ もやし にんじん にんにく しょうが こまつな れんこん	648	25.3
18	木	ごはん	牛乳	しげただじる さいたまけんさんやつがしらコロッケ ひじきのそぼろいため	牛乳 とりにく ひじき たまご	ごはん じゃがいも あぶら でんぷん さといも さとう パンこ	ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ねぎ こまつな たまねぎ しょうが えだまめ	615	21.6
19	金	こどもパン	牛乳	パンフキンポタージュ バーベキューにこみハンバーグ はなやさいサラダ	牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく	パン あぶら こむぎこ バター さとう でんぷん じゃがいも	かぼちゃ たまねぎ にんじん 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	623	25.4
22	月	ごはん	牛乳	うちまめじる さけフライ えごまあえ	牛乳 だいす あぶらあげ さけ	ごはん じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ さとう ごま	だいこん にんじん ねぎ こまつな ほうれんそう キャベツ もやし えごま	612	28.2
23	火	ごはん	牛乳	ポークカレー ちちぶこんにゃくサラダ こざかな	牛乳 ぶたにく くきわかめ かたくちいわし	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ でんぷん さとう	たまねぎ にんじん にんにく しょうが こんにゃく こまつな キャベツ もやし	614	23.7
24	水	ちゅうかめん	牛乳	やさいらーメンのスープ はるまき はるさめサラダ	牛乳 ぶたにく なると	めん あぶら こむぎこ はるさめ さとう でんぷん ごまあぶら	もやし たまねぎ にんじん きくらげ にんにく しょうが たけのこ キャベツ ねぎ しいたけ とうもろこし	650	23.0
25	木	ごはん	牛乳	とんじる いわしのかぼすみそに こまつなあえ	牛乳 ぶたにく とうふ いわし	ごはん じゃがいも あぶら さとう こめこ	だいこん ごぼう ねぎ にんじん こんにゃく かぼす こまつな キャベツ もやし とうもろこし	609	25.3
26	金	しょくパン (いちごジャム)	牛乳	じゃがいもとコーンのスープ ハムチーズピカタ ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	牛乳 とりにく たまご ハム チーズ ひじき	パン ジャム じゃがいも あぶら さとう でんぷん ごま	たまねぎ にんじん ねぎ とうもろこし にんにく ごぼう れんこん	584	22.6
29	月	ごはん	牛乳	トックスープ あげぎょうざ② ぶたキムチ	牛乳 とりにく だいすこ ぶたにく なまあげ	ごはん じゃがいも あぶら しょうしんこ でんぷん ごまあぶら こむぎこ さとう ごま	にんじん たまねぎ もやし キムチ キャベツ ねぎ いら しょうが にんにく	631	22.9
30	火	ごはん	牛乳	やさいのきつねに にくだんこのてりやきあん② しおこんぶあえ	牛乳 あぶらあげ とりにく たまご こんぶ	ごはん じゃがいも さとう あぶら パンこ こむぎこ さとう でんぷん ごまあぶら	だいこん にんじん こんにゃく たまねぎ りんご キャベツ もやし こまつな	631	26.5

かみかみ献立

※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。