



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類材 - kcal | 卵の質 g |
|----|---|------------------|----|---|---------------------------------------|--|--|------------|-------|
| 1 | 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 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 |
| 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 たら 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 なた 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 冷凍パン | 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 パン | 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 たら 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 スラッピーショー 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 たら 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 | 豆乳キャラットスープ 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 プルーン 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 白ごまつくね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 たら 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。