



令和7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）	1人分 - kcal	1人分 質 g
2	月	ごはん	牛乳	厚揚げの五目中華煮 野菜パオズ② 春雨サラダ	牛乳 生揚げ 豚肉 えび 鶏肉 ひじき	ごはん 油 砂糖 ごま油 春雨 でん粉 パン粉 小麦粉	玉葱 人参 筍 小松菜 木耳 生姜 にんにく もやし 胡瓜 とうもろこし キャベツ	895	34.8
3	火	かてめし	牛乳	沢煮椀 根菜メンチカツ アセロラゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ 豚肉	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 大根 筍 れんこん 玉葱 アセロラ	803	33.1
5	木	ごはん	牛乳	豆腐とたまごのスープ ヤンニョムチキン 中華サラダ	牛乳 豆腐 たまご 鶏肉	ごはん でん粉 油 砂糖 ごま油	玉葱 人参 ほうれん草 椎茸 生姜 にんにく もやし 小松菜	906	37.9
6	金	フラワーロール	牛乳	じゃがいものクリーム煮 白身魚フリッター② 花野菜サラダ	牛乳 ベーコン たら 沖あみ のり	パン じゃが芋 油 小麦粉 バター 砂糖 でん粉 米粉	玉葱 人参 ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	800	28.2
9	月	ごはん	牛乳	春雨スープ 春巻き チンジャオロース	牛乳 ベーコン 豚肉 鶏肉	ごはん 春雨 ごま油 油 じゃが芋 砂糖 でん粉 小麦粉	玉葱 キャベツ 人参 小松菜 椎茸 生姜 にんにく ビーマン 筍	830	29.6
10	火	ごはん	牛乳	ハヤシライス ゆで野菜サラダ チーズ	牛乳 豚肉 チーズ	ごはん じゃが芋 油 バター 砂糖 小麦粉 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 トマト ブロッコリー とうもろこし	848	30.7
11	水	地粉うどん	牛乳	わかめうどんの汁 みそポテト ごぼうサラダ（ごまドレッシング）	牛乳 わかめ 鶏肉 油揚げ なると ひじき	うどん じゃが芋 小麦粉 油 砂糖 ごま でん粉	人参 葱 椎茸 ごぼう 胡瓜	836	33.4
12	木	ごはん	牛乳	まゆたま汁 鶏肉の唐揚げ② 切干大根のカレーきんぴら	牛乳 鶏肉 豚肉	ごはん 米粉 でん粉 じゃが芋 油 砂糖	小松菜 人参 しめじ にんにく ごぼう 大根 白滝 生姜	846	33.9
13	金	食パン （いちごジャム）	牛乳	シーフードチャウダー ウインナーのケチャップソース ブロッコリーソテー	牛乳 えび いか あさり ベーコン ウインナー	パン ジャム じゃが芋 油 小麦粉 バター 砂糖	玉葱 人参 ブロッコリー とうもろこし	778	32.6
16	月	しゃくし菜 ピラフ	牛乳	ミックスボールスープ あじフライ ヨーグルト	牛乳 ハム えそ あじ ヨーグルト	ごはん バター 油 でん粉 砂糖 パン粉 小麦粉	しゃくし菜 玉葱 人参 とうもろこし なら 小松菜 ほうれん草	756	31.7
17	火	ごはん	牛乳	肉じゃが 彩の国なっとう 磯香和え	牛乳 豚肉 大豆 のり	ごはん じゃが芋 油 砂糖	玉葱 人参 いんげん 白滝 ほうれん草 キャベツ	778	33.1
18	水	ツイストパン	牛乳	コーンシチュー かぼちゃひき肉フライ イタリアンサラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 鶏肉 豚肉	パン じゃが芋 油 小麦粉 バター 砂糖 でん粉 パン粉	玉葱 人参 とうもろこし かぼちゃ ブロッコリー キャベツ ビーマン	844	26.6
23	月	わかめごはん	牛乳	豆腐のうま煮 大豆もやしのナムル 青りんごゼリー	牛乳 わかめ 豆腐 豚肉	ごはん 油 でん粉 ごま油 ごま 砂糖	玉葱 キャベツ 人参 ビーマン 筍 木耳 にんにく 生姜 大豆もやし 小松菜 りんご	780	32.7
24	火	ごはん	牛乳	小松菜の味噌汁 さばの竜田揚げ えごま和え	牛乳 豆腐 さば	ごはん でん粉 油 砂糖 ごま	小松菜 人参 葱 大根 生姜 ほうれん草 キャベツ えごま	846	34.9
25	水	中華めん	牛乳	豆乳タンタンメンのスープ 揚げひじき餃子③ チョレギサラダ	牛乳 豚肉 豆乳 ひじき 鶏肉 わかめ のり	めん 油 ごま ごま油 砂糖 小麦粉 パン粉	しゃくし菜 もやし 葱 小松菜 にんにく 生姜 キャベツ 人参 玉葱	805	33.4
26	木	ごはん	牛乳	まめまめカレー 秩父こんにゃくサラダ さつまいもスティック	牛乳 大豆 豚肉 莖わかめ	ごはん じゃが芋 油 砂糖 小麦粉 でん粉 さつまいも	玉葱 人参 にんにく 生姜 こんにゃく 小松菜 キャベツ	829	27.2
27	金	子供パン	牛乳	かきたまスープ ハンバーグのオニオンソース コールスローサラダ（コーンクリームドレッシング）	牛乳 たまご ベーコン 鶏肉 豚肉	パン でん粉 油 砂糖 じゃが芋	玉葱 人参 小松菜 椎茸 キャベツ 胡瓜 プルーン とうもろこし レモン	742	31.6
30	月	ごはん	牛乳	豚汁 白身魚のねぎ塩ソース 莖わかめのサラダ	牛乳 豚肉 豆腐 たら 莖わかめ	ごはん じゃが芋 油 でん粉 ごま ごま油 砂糖	大根 ごぼう 葱 人参 こんにゃく にんにく レモン 胡瓜 とうもろこし	800	36.4

※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。