



平成28年度

6月給食献立予定表(6校1園共通)



秩父市立北部共同調理場

★当調理場では、6校(小学校:吉田、尾田蒔、大田/中学校:吉田、尾田蒔、大田)と1園(吉田幼稚園)分、合計約1130食の給食を作っています★

日	曜	主食	牛乳	おかず ※○数字は個数(幼小中)	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食分 - kcal	卵白ク 質 g
1	月	バターロール	牛乳	わふうミートスパゲッティ キャベツサラダ ぶどうゼリー	牛乳 とり肉	パン バター スパゲッティ 油 さとう	たまねぎ にんじん キャベツ にんにく しょうが ぶどう	幼510 小614 中794	幼18.2 小21.7 中27.1
2	火	発芽玄米入り ごはん	牛乳	かみかみきんぴら あつやきたまご こまつなのジャコいため	牛乳 するめ とり肉 ちくわ たまご ちりめんじゃこ	ごはん さとう 油	ごぼう れんこん にんじん こまつな コーン	479 596 783	20.8 24.8 30.5
3	水	コッペパン スライス	牛乳	チリピーズ つぼみサラダ チーズ	牛乳 だいず ぶた肉 チーズ	パン 金時豆 じゃがいも 油 1/2パック	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ コーン トマト にんにく	483 619 774	21.6 26.5 32.2
6	月	じごなうどん	牛乳	わかめうどん みそポテト れいとうみかん	牛乳 わかめ とり肉 油あげ ちくわ	うどん 油 じゃがいも さとう こむぎこ	にんじん ねぎ しいたけ みかん	588 694 839	21.1 24.8 29.7
7	火	ごはん	牛乳	はっぼうさい にくだんご ②③③ はるさめサラダ	牛乳 ぶた肉 イカ エビ とり肉 うずらたまご	ごはん さとう 油 かたくりこ	キャベツ たまねぎ ねぎ にんじん コーン きゅうり しょうが	501 632 808	24.4 29.7 36.7
8	水	ごはん	牛乳	きりぼしだいきんのにも このはかまほこみりんやき①②② ごぼうサラダ	牛乳 とり肉 油あげ ちくわ かまぼこ ひじき	ごはん 油 さとう こま	だいこん にんじん いんげん ごぼう れんこん	491 628 807	17.8 22.7 27.0
9	木	しゃくしな ピラフ	牛乳	とんじる イワシのうめに 中学:なつみかんゼリー	牛乳 ハム とうふ ぶた肉 イワシ	ごはん バター 油 じゃがいも さとう	しゃくしな たまねぎ にんじん コーン ねぎ だいこん ごぼう	526 631 799	21.6 24.7 28.7
10	金	こどもパン スライス	牛乳	ちゅうかコンスープ キャベツメンチカツ(ソース) ちゅうかサラダ	牛乳 たまご とり肉 ぶた肉	パン かたくり こ 油 さとう	キャベツ コーン たまねぎ にんじん チンゲン菜 こまつな	515 633 771	19.1 22.7 27.3
13	月	ごはん	牛乳	かきたまじる サバのみそに こまつなあえ	牛乳 たまご とうふ サバ 油あげ	ごはん さとう かたくりこ 油	たまねぎ にんじん チンゲン菜 こまつな キャベツ コーン	509 630 786	21.2 25.5 29.5
14	火	ごはん やさしいふりかけ	牛乳	あつあげのごもくに しおこんぶあえ 幼:リゾゼリー/小中:マカッセル	牛乳 厚あげ ぶた肉 こんぶ うずらたまご	ごはん 油 さとう	たまねぎ にんじん たけのこ こまつな キャベツ 幼:りんご 小中:ぶどう	498 623 804	20.2 23.9 29.8
15	水	あつぎり食パン いちごジャム	牛乳	ミネストローネ タコナゲット ②②③ フレンチサラダ	牛乳 とり肉 タコ イカ	パン さとう じゃがいも 油 マカロニ こむぎこ	たまねぎ キャベツ にんじん ほうれんそう コーン トマト いちご	505 618 796	18.8 22.4 28.5
16	木	ごはん	牛乳	チキンカレー フルーツポンチ	牛乳 とり肉	ごはん 油 じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん にんにく しょうが りんご パイナップル みかん 黄桃	534 659 864	18.1 21.7 26.9
17	金	たまごパン	牛乳	ワンタンスープ かぼちゃコロッケ(ソース) ブロッコリーソテー	牛乳 とり肉 ハム	パン ワンタン こむぎこ 油	もやし ねぎ にんじん チンゲン菜 かぼちゃ ブロッコリー コーン	487 617 780	17.6 22.0 26.7
20	月	ちゅうかめん	牛乳	しせんふうみそラーメン イカシューマイ ①②③ こまつなのナムル	牛乳 ぶた肉 イカ	めん 油 こむぎこ こま	キャベツ もやし ねぎ にんじん いら こまつな にんにく しょうが	527 625 770	23.3 27.9 34.4
21	火	かてめし	牛乳	じゃがいものみそしる アジのみりんやき 幼:アヒラゼリー/小中:豆乳アラマツヅ	牛乳 とり肉 油あげ わかめ アジ 小中:豆乳、乳製品	ごはん さとう 油 じゃがいも	にんじん ごぼう しいたけ たまねぎ いんげん 幼:アセロラ	484 638 776	22.1 25.1 28.5
22	水	ごはん	牛乳	とうふのちゅうかに あげギョーザ ①②② えのきサラダ	牛乳 とうふ ぶた肉 ちくわ イカ とり肉	ごはん さとう 油 かたくりこ こむぎこ	たけのこ たまねぎ えのき にんじん キャベツ こまつな にんにく しょうが もやし	511 674 851	23.3 29.1 35.8
23	木	ごはん	牛乳	ひじきのいりに なっとう こまあえ	牛乳 ひじき とり肉 ちくわ 油あげ なっとう	ごはん さとう 油 じゃがいも こま	にんじん ほうれんそう キャベツ	496 600 790	21.5 24.2 30.6
24	金	はちみつパン	牛乳	ポテトのベーコンに イカのかおりあげ こんにゃくサラダ	牛乳 ベーコン チーズ イカ わかめ	パン じゃがいも かたくりこ 油	たまねぎ にんじん いんげん しょうが キャベツ きゅうり	495 635 779	21.9 25.3 29.4
27	月	わかめごはん	牛乳	もずくのみそしる いりしるこまつかね②②③ アーモンドあえ	牛乳 わかめ もずく 油あげ とうふ とり肉	ごはん ごま パン さとう アーモンド	にんじん えのき たまねぎ ほうれんそう もやし	485 589 770	18.5 21.0 26.7
28	火	ごはん	牛乳	にくだんごのすぶた もやしのナムル ヨーグルト	牛乳 とり肉 ぶた肉 ヨーグルト	ごはん パン粉 さとう 油 かたくりこ こま	たまねぎ にんじん ピーマン たけのこ もやし こまつな	517 622 794	20.0 23.0 27.9
29	水	こどもパン スライス	牛乳	コンソメスープ チーズインハンバーグ おんやさいサラダ	幼:ヨーグルト 小中:牛乳 とり肉 チーズ	パン じゃがいも もパン粉 さとう 油	たまねぎ キャベツ にんじん ほうれんそう	470 611 782	19.1 23.9 30.0
30	木	ごはん	牛乳	にくじゃが こもちししゃもフリッター①①① たくあんあえ	牛乳 ぶた肉 子持ちししゃも	ごはん さとう じゃがいも 油 こま	たまねぎ にんじん いんげん もやし きゅうり	528 633 808	20.1 23.3 28.4

◆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 『ふるさと は 学校給食月間』

給食のごはんやパンの小麦粉、納豆の大豆は、埼玉県産です。 6月は県内産の食材を使った料理をより多く取り入れています。 食べものや食事を作ってくれている人に感謝し、味わっていただきましょう。



※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。