



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 す	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材 [*] - kcal	卵 [*] 質 g
1	水	コッパン スライス	牛乳	やきそば ウインナーのケチャップソース ゆでやさいサラダ (たまねぎドレッシング)	牛乳 ぶたにく のり ウインナー	パン めん あぶら さとう	キャベツ たまねぎ にんじん ブロッコリー きゅうり とうもろこし ピーマン ねぎ ゆず	623	28.0
2	木	かてめし	牛乳	とうふとわかめのみそしる あじフリッター② あおりんごゼリー	牛乳 とりにく あぶらあげ とうふ わかめ あじ おきあみ のり	ごはん あぶら さとう こむぎこ でんぶん こめこ	にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ たまねぎ りんご	670	26.6
3	金	しょくパン (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 あぶら じゃがいも こむぎこ バター でんぶん さとう パンこ	たまねぎ とうもろこし アスパラ きゅうり えだまめ ブロッコリー キャベツ しょうが トマト	681	25.1
6	月	ごはん	牛乳	こまつなのみそしる いわしのうめに かみかみきんぴら	牛乳 あぶらあげ いわし いか とりにく ちくわ	ごはん あぶら さとう でんぶん	こまつな にんじん ねぎ だいこん ごぼう れんこん こんにゃく しそ うめ	648	29.7
7	火	ごはん	牛乳	とうふのうまに さいのくにくらまんじゅう② だいずもやしのナムル	牛乳 とうふ ぶたにく だいずこ	ごはん あぶら でんぶん ごまあぶら ごま コーンスターチ こむぎこ さとう	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン たけのこ きくらげ にんにく しょうが こまつな だいずもやし たら ねぎ	662	29.7
8	水	じごなうどん	牛乳	にくうどんの汁 きりほしだいこんのサラダ (しおドレッシング) きなこだんご④	牛乳 ぶたにく なると くきわかめ きなこ	うどん しょうしんこ さとう あぶら	しょうが にんじん しいたけ ねぎ こまつな だいこん きゅうり たまねぎ にんにく レモン	644	27.4
9	木	ごはん	牛乳	トマトハヤシライス あんにんフルーツ パリッシュ	牛乳 ぶたにく かたくちいわし とうにゅう	ごはん じゃがいも あぶら バター こむぎこ さとう でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト みかん もも ナタデココ	685	22.5
10	金	バターロール	牛乳	じゃがいもととりにくのスープ しろみざかなのサルサソース コールスローサラダ	牛乳 とりにく メルルーサ	パン じゃがいも あぶら でんぶん さとう	たまねぎ にんじん ねぎ とうもろこし にんにく トマト キャベツ きゅうり	685	29.2
13	月	わかめ むぎごはん	牛乳	あつあげのチャオサイ はるさめサラダ れいとうパン	牛乳 わかめ なまあげ ぶたにく	ごはん あぶら さとう でんぶん はるさめ ごまあぶら	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ しょうが とうもろこし パン	623	22.4
14	火	ごはん	牛乳	かきたまじる あじつきトンカツ こまつなのじゃこいため	牛乳 たまご とうふ あぶらあげ ぶたにく ちりめんじゃこ だいずこ	ごはん でんぶん あぶら さとう パンこ	たまねぎ チンゲンサイ にんじん しいたけ こまつな とうもろこし	646	28.8
15	水	ツイストパン	牛乳	ポテトのベーコンに いかなゲット② ブロッコリーサラダ (イタリアンドレッシング)	牛乳 ベーコン チーズ いか たちうお だいずこ	パン じゃがいも あぶら さとう こむぎこ でんぶん	たまねぎ にんじん いんげん ブロッコリー キャベツ トマト	665	22.5
16	木	ごはん	牛乳	スタミナにくじゃが さいのくになっとう えごまあえ	牛乳 ぶたにく だいず	ごはん じゃがいも ごまあぶら さとう ごま えごま	たまねぎ にんじん しらたき たら にんにく しょうが キャベツ ほうれんそう	648	26.2
17	金	こどもパン スライス	牛乳	ABCスープ スラッピージョー ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	牛乳 ベーコン ぶたにく チーズ ひじき	パン マカロニ じゃがいも あぶら こむぎこ ごま さとう	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが にんにく ごぼう れんこん	650	24.4
20	月	ごはん	牛乳	やさいわん さばのみりんやき しおこんぶあえ	牛乳 なまあげ さば こんぶ	ごはん じゃがいも ごまあぶら	だいこん たまねぎ ねぎ にんじん キャベツ こまつな	646	25.9
21	火	ごはん	牛乳	ポークカレー ちちぶこんにゃくサラダ (あおじそドレッシング) ふくじんづけ	牛乳 ぶたにく くきわかめ	ごはん じゃがいも あぶら さとう こむぎこ でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが こんにゃく きゅうり こまつな キャベツ れんこん レモン しそ だいこん なす	641	22.4
22	水	ちゅうかめん	牛乳	キムチラーメンのスープ はるまき ちゅうかサラダ (ちゅうかドレッシング)	牛乳 ぶたにく	めん あぶら さとう こむぎこ はるさめ でんぶん	キムチ キャベツ にんじん たら にんにく しょうが もやし こまつな たまねぎ たけのこ ねぎ しいたけ	681	24.1
23	木	しゃくしな 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 じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ でんぶん	しゃくしな たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ	639	24.4
24	金	フラワーロール	牛乳	とうにゅうキャロットスープ にくみハンバーグ ゆでやさいサラダ (コーンクリームドレッシング)	牛乳 ベーコン とうにゅう とりにく ぶたにく	パン じゃがいも あぶら コーンスターチ マーガリン さとう でんぶん	たまねぎ にんじん 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	642	23.9
27	月	ごはん	牛乳	キャベツのみそしる とりにくのかおりあげ きりほしだいこんのもの	牛乳 とりにく あぶらあげ ちくわ たまご	ごはん あぶら さとう でんぶん パンこ こむぎこ こめこ	キャベツ たまねぎ にんじん だいこん いんげん しいたけ しらたき しょうが にんにく	622	26.4
28	火	ごはん	牛乳	やさいのきつねに しろごまつくね② ゆかりあえ	牛乳 あぶらあげ とりにく	ごはん じゃがいも さとう あぶら パンこ ごま でんぶん	だいこん にんじん こんにゃく ほうれんそう キャベツ もやし しそ たまねぎ	637	24.3
29	水	はちみつパン	牛乳	とうふとたまごのスープ かぼちゃコロッケ はなやさいサラダ (イタリアンドレッシング)	牛乳 とうふ たまご とりにく	パン でんぶん あぶら パンこ こむぎこ じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん しいたけ 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	660	25.4
30	木	ごはん	牛乳	マーボーなす エビシューマイ② チョレギサラダ (しおドレッシング)	牛乳 とうふ ぶたにく えび わかめ のり たら だいずこ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま こむぎこ	なす たまねぎ にんじん たら たけのこ しょうが にんにく キャベツ ねぎ レモン	627	24.0

※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。