



6月給食予定献立表



日 曜	献立名	おにも使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄養価	
		おにもエネルギーのもとになる食品 (きょうじ)	おにも体をつくるもとになる食品 (あめ)	おにも体の調子をとるもとになる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
1 月	ごはん	米					
	どうぶとおおなのすまじる あじのなんぼんづけ ブロッコリーのごまあえ	砂糖 油 ごま油 ごま 砂糖	豆腐 魚すり身団子 あじでん粉付き	にんじん たまねぎ えのきたけ ごまつな ねぎ にんにく ブロッコリー もやし にんじん きゅうり	小麦 大豆 小麦 大豆 ごま 小麦 大豆 ごま	357	14.1
2 火	クロワッサン コロコロやさいスープ オムレツ	クロワッサン じゃがいも	ウインナー オムレツ	にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ オムレツ	小麦 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 卵 大豆		12.9
	ミートソースパゲティ	スパゲティ 油 砂糖 デミグラスソース	豚肉 チーズ	にんにくしょうが たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム	乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご		
3 水	ごはん	米					
	かぞさんだいのごじる いくだんごのあまずあんかけ2こ ひじきとツナのカレーいため	油 砂糖	大豆 油揚げ 煮干し粉 みそ 肉団子甘酢あんかけ ひじき まぐろ油揚げ	にんじん だいこん かぼちゃ ほうれんそう ねぎ にんじん いんげん	大豆 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご ごま 小麦 大豆 鶏肉	392	13.5
4 木	ごはん	米					
	しらすだのにくどうふ わかさぎのおおりのあげ2ほん ごもくまめ	油 砂糖	豚肉 生揚げ 豆腐 わかさぎの青のり揚げ 鶏肉 昆布 大豆 さつま揚げ	だいこん にんじん しめじ ほうれんそう ごぼう にんじん こんにやく	小麦 大豆 豚肉 さば 小麦 大豆 小麦 大豆 鶏肉	352	14.2
5 金	ごはん	米					
	ピリからみそしる とりにくのたまねぎソースがけ きりぼしだいこんのもの	油 じゃがいも 油 砂糖 でん粉 油 砂糖	みそ 鶏肉 油揚げ	にんにく にんじん とうもろこし かぶ もやし ほうれんそう にんにく たまねぎ きりぼしだいこん にんじん いんげん	大豆 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆	404	15.4
8 月	ごはん	米					
	いわしのつみれじる あつやきたまご ぶたどんのぐ	油 砂糖	いわしつみれ 豆腐 みそ 厚焼き卵 豚肉	ごぼう にんじん だいこん ねぎ にんじん たまねぎ えのきたけ こんにやく えだまめ	大豆 卵 大豆 さば 小麦 大豆 豚肉	381	15.0
9 火	ごはん	米					
	わかめスープ ヤンニョムチキン だいこんとほうれんそうのナムル	ごま油 ごま でん粉 油 ごま油 砂糖 ナムルドレッシング	なると 豆腐 わかめ 鶏肉	にんじん たまねぎ もやし ねぎ にんにく だいこん にんじん きゅうり ほうれんそう	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま 小麦 大豆 鶏肉 ごま 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま	388	12.7
10 水	ごはん	米					
	みそキムチスープ さばのしおやき ビーフいため	油 ごま油 ビーフ	豚肉 豆腐 みそ さばの文化干し 鶏肉	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ もやし えのきたけ 白葉キムチ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま さば 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま	427	15.9
11 木	ごはん	米					
	しおラーメンスープ ぎょうざ2こ フルーツあんじん ナン	油 ごま 杏仁豆腐 ナン	豚肉 なると ぎょうざ もも バイン みかん	しょうが にんにく たまねぎ にんじん 干し椎茸 キャベツ もやし ねぎ もも バイン みかん	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 小麦	365	12.4
12 金	ごはん	米					
	かぞさんだいとみずぶかトマトのキーマカレー ポテトコロッケ ジャキジャキサラダ	油 カレールウ 油 ポテトコロッケ 塩中華ドレッシング	豚肉 大豆ミート 大豆 豆乳 ポテトコロッケ きわかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ほうれんそう トマト りんご キャベツ れんこん きゅうり にんじん	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご 乳 小麦 大豆	433	14.3
15 月	ごはん	米					
	ごもくマーボーどうふ ポークしゅうまい2こ きゅうりともやしのちゅうかあえ	油 砂糖 でん粉 ごま 砂糖 ごま油	豚肉 みそ 豆腐 ポークしゅうまい	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ もやし にんじん きゅうり	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ぜらチン 小麦 豚肉 小麦 大豆 ごま 小麦 大豆	399	14.9
16 火	ごはん	米					
	たまごレタスのスープ やきフランクフルト マカロニとツナのマヨネーズソテー	でん粉 マカロニ ノンエッグマヨネーズ	かに風味かまぼこ 卵 フランクフルト まぐろ油揚げ	にんじん たまねぎ えのきたけ レタス 豚肉 にんにく たまねぎ とうもろこし えだまめ	卵 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	374	14.5
17 水	ごはん	米					
	とんじる かぼちゃひきにくフライ もやしのナムル	油 じゃがいも 油 ナムルドレッシング	豚肉 みそ 豆腐 煮干し粉 かぼちゃひき肉フライ	ごぼう にんじん たまねぎ だいこん こんにやく ねぎ もやし にんじん きゅうり	大豆 豚肉 小麦 大豆 豚肉 りんご 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま	396	10.3
18 木	ごはん	米					
	あつあげとごまつなのみそしる ほっけのこうりやき かてめしのぐ	油 砂糖 油 砂糖	生揚げ 煮干し粉 みそ ほっけの香味揚げ 鶏肉	たまねぎ だいこん えのきたけ ごまつな ねぎ ごぼう 干し椎茸 にんじん こんにやく えだまめ	大豆 小麦 大豆 さけ ごま 小麦 大豆 鶏肉	339	15.9
19 金	ごはん	米					
	カレーピラフ アルファベットスープ とりにくのからあげ こんにやくサラダ	油 じゃがいも 砂糖 じゃがいも マカロニ でん粉 油 中華ドレッシング	豚肉 鶏肉の生薬油揚げ	たまねぎ とうもろこし グリンピース 赤ピーマン にんじん たまねぎ キャベツ パセリ こんにやく もやし きゅうり にんじん	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま	422	14.0
22 月	ごはん	米					
	ちゃんぽんスープ はるまき ぶたキムチいため しょくパン	油 油 じゃがいも ごま油 食パン	鶏肉 なると 春巻き 豚肉 卵	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ もやし ほうれんそう とうもろこし こんにやく 白葉キムチ なら	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ぜらチン 小麦 大豆 鶏肉 ごま 卵 小麦 大豆 豚肉 ごま 小麦 大豆	447	13.0
23 火	ごはん	米					
	ブルーベリージャム サーモンチャウダー あげどりのメープルマスタートソースがけ コーンサラダ	食パン ブルーベリージャム 油 バンヤメルルウ じゃがいも 油 でん粉 メープルシロップ イタリアンドレッシング	牛乳 脱脂粉乳 牛乳 鮭 鶏肉	にんじん たまねぎ しめじ マッシュルーム パセリ キャベツ とうもろこし にんじん きゅうり	乳 乳 小麦 大豆 さけ 鶏肉 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご	402	16.8
24 水	ごはん	米					
	ちゃんこじる さわらのみそがけ にくじゃが	でん粉 砂糖 油 じゃがいも 砂糖	鶏団子 豆腐 さわらの塩麹揚げ みそ 豚肉	にんじん だいこん しめじ はくさい しょうが こんにやく にんじん たまねぎ いんげん	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま 大豆 小麦 大豆 豚肉	411	17.5
25 木	ごはん	米					
	かぞさんこむぎいりじごうどん かおりぶたとなすのなんぼんじる ちくわのいそべあげ じばんきゅうりときくらげのサラダ Oれいとうみかん	【6月の統一献立】 【加須市うどんの日献立】 ごまドレッシング	地粉うどん 豚肉 油揚げ 焼きちくわ 青のり	にんじん たまねぎ 干し椎茸 なす ねぎ ごまつな キャベツ きゅうり もやし きくらげ みかん	小麦 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 豚肉 小麦 ごま	390	13.3
26 金	ごはん	米					
	わふうワントンスープ ハンバーグおろしソースがけ わかめいため	ワントン 砂糖 でん粉 油 砂糖 ごま油	鶏肉 ハンバーグ 豚肉 わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ 干し椎茸 もやし ごまつな だいこん しょうが しょうが にんじん いんげん とうもろこし	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 豚肉 ごま	425	16.9
29 月	ごはん	米					
	ごまみそしる あげどりのうめソースがけ しらたきのソテー ツイストパン	油 じゃがいも ごま ごま油 油 でん粉 砂糖 油 砂糖 ごま油 ツイストパン	豆腐 油揚げ みそ 鶏肉 豚肉	にんにく にんじん だいこん もやし ねぎ うめ しょうが にんじん とうもろこし こんにやく ほうれんそう	大豆 ごま 小麦 大豆 鶏肉 りんご 小麦 大豆 豚肉 ごま 小麦 大豆	423	15.6
30 火	ごはん	米					
	ポークストロガノフ ほうれんそうオムレツ さくらんぼゼリーポンチ	油 ハヤシルウ エスバニールソース デミグラスソース 砂糖 生クリーム さくらんぼゼリー	豚肉 チーズ ほうれんそうオムレツ	にんにく たまねぎ にんじん しめじ トマト マッシュルーム もも バイン みかん	乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご 卵 大豆 もも	375	10.9

※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。 ※ アレルギー表示は、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。

※ 加須市内の給食センター(加須・騎西)では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。 ※ 22回 平均栄養量 393 14.3

※ 〇印の献立は、業者から直接学校に配送されるものです。 ※ 6月のご飯は「加須地域産コンヒタリ」を使用しています。

※ 昨年度より、一部のパンについて、乳不使用となりました。献立表の「アレルギー物質該当原材料名」でご確認ください。 ※ わかさぎの青のり揚げには魚卵が含まれる可能性があります。

※ 今月の地域産物は「米、ふるさと味噌、みつか味噌、きゅうり、ねぎ、にんにく、じゃがいも、なす、たまねぎ、さくらんぼ、香里豚、小麦粉、大豆」です。

卵	豚	鶏	小麦	そば	卵	乳
落花生(ナッツ)	アーモンド	あび	ゆ	いり	りんご	かぶナツ
かつら	牛肉	ごま	そば	そば	大豆	鶏肉
バナナ	豚肉	まいたけ	そば	やまも	りんご	せり



TM しいのぼん