

令和8年度		6月分 小学校給食予定献立表(〇〇小学校Aコース)				鴻巣市教育委員会		
日曜	献立名	食品の種類				エネルギーたんぱく質		
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料			
1月	牛乳		牛乳			601		
	ごはん	米						
	彩の国納豆		彩の国納豆					
	肉じゃが	じゃがいも 油 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ しらたき	しょうゆ みりん 塩			
2火	キャベツのみそ汁		油揚げ みそ	キャベツ にんじん 玉ねぎ	かつおさばだし	24.5		
	牛乳		牛乳				625	
	カリカリ梅とえだまめのご飯	米 大麦		カリカリ梅 えだまめ	酒 昆布茶 うすちしょうゆ			
	ししゃもの磯辺フライ(低1こ・高2こ)	油	ししゃもの磯辺フライ					
3水	鯖物汁	油 ごま油	豚肉 豆腐 煮干し粉 みそ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ	かつおさばだし	23.5		
	冷凍みかん			みかん			15%	
	牛乳		牛乳					618
	ツイストパン	ツイストパン						
4木	鶏肉とポテトの甘辛揚げ	じゃがいも 片栗粉 砂糖 油	鶏肉	しょうが ビーマン	酒 しょうゆ	25.8		
	ワンタンスープ	ワンタンの皮 ごま油	豚肉	にんじん キャベツ もやし ねぎ しょうが	中華だし 塩 しょうゆ		17%	
	チーズ		チーズ					
	牛乳		牛乳					642
麦ごはん	米 大麦							
厚揚げのピリ辛丼の具	油 砂糖 片栗粉	豚肉 厚揚げ	しょうが ねぎ にんにく はくさいキムチ にんじん 玉ねぎ にら	しょうゆ 酒 オイスターソース		27.1		
レタスと卵のスープ	片栗粉	鶏肉 卵	レタス 玉ねぎ	スープストック しょうゆ 酒 しょうゆ 塩			17%	
牛乳		牛乳			654			
ほうとう太打ちめん	ほうとう太打ちめん							
5金	川幅肉うどん汁		豚肉 油揚げ	にんじん ねぎ 干しいたけ		しょうゆ 酒 みりん かつおだし		28.4
	青のりポテトビーンズ	じゃがいも 片栗粉 油	かえり煮干し 大豆 あおのり			塩	17%	
	牛乳		牛乳			618		
	東松山やきとりご飯	米 大麦 砂糖 ごま油 ごま	豚肉 みそ	にんにく しょうが すりおろしりんご ねぎ	豆板醤 コチュジャン 酒 しょうゆ 塩			
8月	厚焼き卵		厚焼き卵					24.0
	まゆ玉汁	白玉だんご	なると	ごんにゃく にんじん こまつな ねぎ	塩 しょうゆ かつおさばだし		16%	
	くだもの			くだもの				
	牛乳		牛乳			628		
ナン	ナン							
9火	カレーミート	じゃがいも 油 小麦粉	豚肉 大豆ミート 大豆	玉ねぎ にんじん ビーマン にんにく しょうが トマト缶	赤ワイン トマトピューレ ウスターソース カレー粉 スープストック 塩 しょうゆ		27.3	
	イタリアンサラダ			キャベツ きゅうり 赤パプリカ コーン缶	各校ドレッシング			17%
	牛乳		牛乳			617		
	麦ごはん	米 大麦						
10水	ねぎ塩豚丼の具	ごま油 ごま 片栗粉	豚肉	しょうが にんにく ねぎ 玉ねぎ にんじん もやし こねぎ レモン果汁	塩こうじ 中華だし 塩 しょうゆ		27.2	
	呉汁(埼玉県の郷土料理)		大豆 豆腐 みそ	にんじん だいこん ねぎ	かつおさばだし			18%
	牛乳		牛乳			606		
	コッペパン	コッペパン						
11木	焼きそば	蒸し中華めん 油	豚肉 あおのり	玉ねぎ にんじん もやし キャベツ	ウスターソース 粉末ソース 塩		24.2	
	たこメンチ	油	たこメンチ					16%
	わかめスープ	じゃがいも	わかめ	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 しょうゆ			
	牛乳		牛乳			608		
ごはん	米							
12金	いわしの梅香ソース	油 砂糖	いわしの片栗粉付き	しょうが ねり梅	しょうゆ みりん 酒		22.5	
	かみかみきんぴら	ごま油 砂糖 ごま		ごぼう にんじん ごんにゃく	酒 しょうゆ			15%
	こまつなと豆腐のみそ汁		豆腐 みそ	こまつな えのきたけ	かつおさばだし			
	牛乳		牛乳			628		
麦ごはん	米 大麦							
15月	ソイ丼の具	油 カレールウ 砂糖	大豆 豚肉 大豆ミート ベーコン	にんじん ビーマン	しょうゆ みりん		30.7	
	チンゲンサイとあさりの卵スープ	片栗粉	鶏肉 卵 あさり 豆腐	にんじん えのきたけ チンゲンサイ	中華だし 塩 酒			20%
	牛乳		牛乳			643		
	ホット中華めん	ホット中華めん						
16火	豆腐ラーメンスープ	砂糖 ごま油 片栗粉	豆腐 豚肉 なると	にんじん 玉ねぎ ねぎ しょうが 干しいたけ こまつな	しょうゆ 酒 塩 しょうゆ とんこつ		24.2	
	ゼリーフライ(行田市の郷土料理)	ポテトペースト 油 小麦粉 パン粉	おから	ねぎ 玉ねぎ にんじん	塩 しょうゆ ウスターソース			15%
	くだもの			くだもの				

日曜	献立名	食品の種類				エネルギーたんぱく質		
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料			
17水	牛乳		牛乳			601		
	コーンピラフ	米 大麦 パター 油						
	パプリカソースかけ	ホワイトルウ						
	えだまめとマカロニのサラダ	マカロニ						
18木	味付き小魚		味付き小魚			23.5		
	牛乳		牛乳				598	
	ごはん	米						
	あじのねぎ香り焼き		あじのねぎ香り漬け					
19金	蕎わかめの煮もの	砂糖 ごま油		蕎わかめ 油揚げ	にんじん ごんにゃく	28.6		
	夏野菜のごまキムチ汁	じゃがいも 油 ねりごま ごま	豚肉 豆腐 みそ		なす とうがん かぼちゃ 干しいたけ はくさいキムチ ねぎ		19%	
	牛乳		牛乳					586
	ガーリックトースト	食パン パター オリーブ油			にんにく パセリ			
22月	鶏肉のトマト煮	じゃがいも 油 砂糖		鶏肉	にんじん 玉ねぎ しめじ セロリ にんにく トマト缶 ビーマン	22.2		
	フレンチサラダ				キャベツ ごんにゃく きゅうり コーン缶		15%	
	牛乳		牛乳					687
	わかめ菜めし	米 大麦 ごま		わかめふりかけ	こまつな			
23火	かぼちゃコロケ	油		かぼちゃコロケ	中濃ソース	20.7		
	ちゃんこ汁		肉だんご 油揚げ		キャベツ にんじん もやし ねぎ		12%	
	冷凍みかん			みかん				
	牛乳		牛乳					615
地粉うどん	地粉うどん							
24水	なすのつけうどん汁	砂糖 油 ごま油	豚肉 油揚げ		なす しめじ にんじん ねぎ	22.4		
	もやしとこまつなのおひたし	ごま			こまつな もやし		15%	
	桃のマフィン	小麦粉 砂糖 パター		牛乳	黄桃缶			
	牛乳		牛乳					649
麦ごはん	米 大麦							
25木	カレー	油 パター 小麦粉 じゃがいも	豚肉 スキムミルク		玉ねぎ にんじん しょうが にんにく すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	20.5		
	あじさいポンチ	マスカットゼリー ぶどうゼリー			バイン缶 りんご缶 ごんにゃくダイスレモン ごんにゃくダイスワイン			
	牛乳		牛乳				590	
	こどもパン	こどもパン						
26金	照り焼きハンバーグ	砂糖 片栗粉		ハンバーグ	しょうゆ みりん	27.1		
	ポテトきんぴら	じゃがいも 砂糖 油 ごま		ベーコン	にんじん ビーマン			
	アルファベットスープ	マカロニ 油		鶏肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ		18%	
	牛乳		牛乳					617
ごはん	米							
29月	家常豆腐	油 砂糖 片栗粉	豚肉 厚揚げ みそ		にんじん キャベツ ねぎ 干しいたけ たけのこ しょうが にんにく ビーマン	22.3		
	五目スープ	春雨 ごま油	鶏肉		にんじん ねぎ 玉ねぎ コーン缶 チンゲンサイ		15%	
	牛乳		牛乳					603
	たこ飯	米 大麦 砂糖		たこ ちくわ 油揚げ	にんじん ごんにゃく			
30火	たらフライ	油		たらフライ	中濃ソース	27.9		
	雷汁	ごま油		豆腐	だいこん にんじん ごぼう ねぎ こまつな 干しいたけ		19%	
	牛乳		牛乳					595
	麦ごはん	米 大麦						
15月	ビビンバ丼の具	豚肉		豚肉	にんじん たけのこ にんにく しょうが	23.3		
	こまつな	ごま油 砂糖 ごま			こまつな もやし			
	鶏系卵			鶏系卵				
	フォーのスープ	米粉めん ごま油		鶏肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ チンゲンサイ		16%	
はしは毎日 忘れずに持ってきてましよう	給食回数 22回	学校給食摂取基準	エネルギー 650 kcal	6月平均摂取量	618 kcal			
		たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%		24.9g(16.1%)				

* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。


【肉・青果等の産地(令和8年度5月分)】を使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。

豚肉: 鶏肉: にんじん: 玉ねぎ: じゃがいも: キャベツ: にら: ビーマン: アスパラガス: きゅうり: ねぎ:

6月は 彩の国ふるさと学校給食月間 です

6月の給食では、埼玉県の郷土料理や特産物を使った献立が多く登場します。

地域で育まれた食文化を大切にできるよう、次世代を担う子どもたちに伝えていく取り組みをしています。



埼玉県マスコット「コバトン・さいたまっしゅ」

6月4日から10日は 歯と口の健康週間 です

よくかんで食べましょう

食べ物をよくかむことは食べすぎを防ぎ、消化・吸収を助け、むし歯や歯周病の予防に役立つなどの働きがあります。家庭でもよくかむことを意識しましょう。6月は、かみ応えのある献立を取り入れています。

