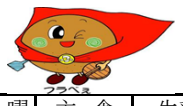

令和8年　6月分　献　立　表　（小学校コース）

行田市立学校給食センター「ひまわり」

日　曜	主　食	牛乳	お　か　ず	熱や力になる食品（きいろ）	血や肉になる食品（あか）	体の調子を整える食品（みどり）	エネルギー	たん白質
1月	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		656	27.1
			★とんじる	油、じゃがいも	ぶたにく、とうふ（大豆）、にぼしこ みそ（大豆）、油あげ（大豆）	にんじん、だいこん、ごぼう、ながねぎ		
			ハンバーグわふうソース★	さとう、でんぷん	ハンバーグ（小麦、乳、大豆、豚、鶏）	しょうが		
			★◎くきわかめサラダ	ごま油(ごま)、さとう	くきわかめ	きゅうり、キャベツ		
2火	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		646	30.8
			★いなかじる		あつあげ（大豆）、みそ（大豆）、にぼしこ	だいこん、ごぼう、にんじん、こまつな		
			◎メルルーサのたつたあげ	油	メルルーサのたつたあげ（小麦・大豆）			
			★さんしょくそぼろ	さとう	ぶたにく、いりたまご（卵、大豆）	しょうが、コーン、えだまめ（大豆）		
3水	ツイストパン	牛乳		ツイストパン（小麦・大豆）	牛乳		770	30.0
			★コーンチャウダー	油、じゃがいも、こめこ、バター（乳）	とりにく、スキムミルク（乳）、牛乳 ミルクカルシウム（乳）	にんじん、たまねぎ、コーン		
			フランクのバーベキューソースかけ（2）★	さとう	フランク（豚）			
			★おやまめこまめサラダ	ごま、ノンエッグドレッシング	だいず	にんじん、えだまめ（大豆）、カリフラワー、キャベツ		
4木 むし歯予防献立	もち麦入りごはん	牛乳		もち麦入りごはん	牛乳		637	25.8
			★さわにわん	でんぷん	とりにく、かまぼこ	にんじん、ごぼう、だいこん、しいたけ、たけのこ		
			◎あじのいそべフライ	油	あじのいそべフライ（小麦）			
			★きりぼしだいこんのいために	油、さとう	ぶたにく、さつまあげ	にんじん、きりぼしだいこん、しいたけ		
5金 埼玉グルメ	ちゅうかめん	牛乳		ちゅうかめん（小麦）	牛乳		622	29.0
			★とうふラーメンのスープ	ごま油（ごま）、でんぷん	ぶたにく、とうふ（大豆）、わかめ	にんじん、ながねぎ、もやし		
			さいのくにねぎみそぎょうざ（2）	油	ねぎみそぎょうざ（小麦・大豆・豚肉）			
			★こまつなのナムル	ごま油（ごま）、さとう、ごま		こまつな、もやし		
8月	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		687	32.3
			★たまごとコーンのスープ	でんぷん	とりにく、たまご	にんじん、たまねぎ、コーン、ねぎ		
			◎いかのレモンソース（2）★	でんぷん、油、さとう	いか	レモン		
			★ガパオライスの具	ごま油（ごま）、さとう	とりにく、だいずミート（大豆）	ピーマン、赤ピーマン、たまねぎ、しょうが にんにく、バジル		
9火	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		651	34.9
			★あつあげのそぼろに	油、さとう、じゃがいも、でんぷん	あつあげ（大豆）、ぶたにく	にんじん、たまねぎ		
			★とりにくのしおこうじ焼き	油	とりにく			
			★ブロッコリーのおかかあえ		あじつけおかか（小麦、大豆）	ブロッコリー		
10水	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		587	25.5
			★あさりのみそしる		あさり、とうふ（大豆）、みそ（大豆）、にぼしこ	だいこん、ほうれんそう、ながねぎ		
			たらのかりんあげ★	でんぷん、さとう、油	たら			
			◎★ごもくきんぴら	油、さとう、ごま	ちくわ	ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん		
11木	黒パン	牛乳		黒パン（小麦・大豆）	牛乳		629	24.0
			★ツナときのこのスパゲティ	スパゲティ（小麦）、オリーブ油	ツナ（大豆）、チーズ（乳）	にんにく、にんじん、たまねぎ、エリンギ マッシュルーム、トマト、パセリ		
			プレーンオムレツ		オムレツ（卵・大豆）			
			オレンジ			オレンジ		
12金 埼玉グルメ	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		666	21.9
			★しげただじる	しらたまだんご	にぼしこ	しいたけ、にんじん、だいこん、ほうれんそう、ながねぎ		
			ゼリーフライ★	油	ゼリーフライ（小麦・大豆）			
			★かてめしの具	油、さとう	とりにく、油あげ（大豆）、ちくわ	にんじん、しいたけ、ごぼう		
15月	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		731	23.8
			★ジャーシャンどうふ	油	ぶたにく、みそ（大豆）、 あつあげ（大豆）	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ たけのこ、キャベツ		
			にらまんじゅう（2）	油	にらまんじゅう（鶏、大豆、豚、小麦、ごま）			
			★はるさめサラダ	はるさめ、ごま油（ごま）、さとう		きゅうり、にんじん		
16火 埼玉グルメ	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		736	29.6
			★ごじる	さといも	とうふ（大豆）、みそ（大豆）、だいず	ごぼう、にんじん、だいこん、ながねぎ		
			わらじカツ★	油、さとう	とんかつ（豚、小麦、卵、乳、大豆）			
			★しゃくなごはんの具	油、ごま油（ごま）	ささかまぼこ、油あげ（大豆） ちりめんじゃこ（えび、かに、いか）	にんじん、しゃくしなづけ		
17水	はちみつパン	牛乳		はちみつパン（小麦・大豆）	牛乳		686	35.2
			★チリコンカン	油、じゃがいも、さとう	ぶたにく、だいずミート（大豆）、だいず	にんにく、にんじん、たまねぎ、トマト		
			★しろみざかなのこうそう焼き	油、ノンエッグドレッシング、パンこ（小麦）	さわら			
			◎★こんにゃくサラダ	イタリアンドレッシング		やさいこんにゃく（かぼちゃ、にんじん） きゅうり、キャベツ		
18木	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		580	26.8
			★とうがんじる		とりにく、とうふ（大豆）	にんじん、たまねぎ、えのき、とうがん		
			にくだんごのあまずあんかけ（2）		にくだんご（小麦、ごま、大豆、鶏）			
			★焼きビーフン	ごま油（ごま）、ビーフン	ぶたにく、いか、えび	にんじん、たまねぎ、こまつな		
19金	ソフトめん	牛乳		ソフトめん（小麦）	牛乳		770	27.5
			★ミートソース	油、さとう、ハヤシルウ（小麦）	ぶたにく、だいずミート（大豆）、（牛、大豆、豚）	にんにく、にんじん、たまねぎ、トマト		
			◎★あおのりポテトビーンズ	油、でんぷん、じゃがいも	だいず、あおのり			
			フルーツポンチ			みかん、おうとう（桃）、パイン こんにゃくダイスレモン（乳）、マスカットゼリー		
22月	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		603	26.7
			★なめこのみそしる		みそ（大豆）、とうふ（大豆）、にぼしこ、わかめ	ながねぎ、なめこ		
			とうふナゲット（2）	油	とうふナゲット（小麦、大豆、豚）			
			★ぶたにくのしょうがやき	ごま油（ごま）、さとう、ごま	ぶたにく	たまねぎ、エリンギ、しょうが		
下忍小 23火 リクエスト献立	ごはん	ジョアストロベリー		ごはん	ジョア・ストロベリー（乳）		662	28.3
			★コーンツナカレー	油、じゃがいも、カレールウ	ツナ（大豆）、スキムミルク（乳）、チーズ（乳）	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ、コーン		
			◎★とりにくのからあげ（2）	でんぷん、こめこ、油	とりにく	しょうが		
			★ブロカリサラダ	さとう、油		ブロッコリー、カリフラワー		
24水	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		645	26.0
			★かきたまじる	油、でんぷん	とりにく、なると、たまご	にんじん、しいたけ、こまつな		
			とうふハンバーグおろしソース★	さとう、でんぷん	とうふハンバーグ（大豆、豚、鶏）	しょうが、だいこん		
			◎★ごぼうサラダ	ごま、ノンエッグドレッシング		ごぼう、きゅうり、にんじん		
25木	コッペパン	牛乳		コッペパン（小麦・大豆）	牛乳		683	25.2
			★クラムチャウダー	バター（乳）、じゃがいも、こめこ	ベーコン（豚）、あさり、牛乳 ミルクカルシウム（乳）	にんじん、たまねぎ		
			メンチカツ	油	メンチカツ（小麦、豚、大豆）			
			★やきそば	油、ちゅうかめん（小麦、大豆）	ぶたにく	にんじん、キャベツ、もやし		
26金	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		630	26.7
			★にくじゃが	じゃがいも、さとう	ぶたにく、さつまあげ	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、いんげん		
			あつやきたまご		あつやきたまご（卵、大豆、小麦）			
			★ごまドレッシングあえ	油、ごま、さとう		こまつな・キャベツ・コーン		
29月	ごはん	牛乳		ごはん	牛乳		737	27.9
			★えびととうふのチリソースに	油、でんぷん、ごま油（ごま）	ぶたにく、えび、とうふ（大豆）	にんにく、しょうが、ながねぎ、しいたけ、たけのこ、にんじん		
			◎はるまき	油	はるまき（小麦、ごま、大豆、鶏）			
			◎★かいそうミックスサラダ	たまねぎドレッシング（小麦・大豆・りんご） かんてん	わかめ、くきわかめ、こんぶ つのまた、ふのり	もやし、きゅうり		
30火	ロールパン	カル鉄		ロールパン（小麦・大豆）	カル鉄ミルク（乳）		679	30.6
			★アルファベットスープ	マカロニ（小麦）	ベーコン（豚）	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン		
			チキンナゲット（2）		チキンナゲット（鶏、大豆、小麦）			
			★ドライカレーの具	油、バター（乳）、こむぎこ、さとう	ぶたにく	しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、トマト、チャツネ（りんご）		
22回	＊☆・・・新しいメニュー、★・・・手作りメニュー、◎・・・かみかみメニュー、　・はスプーンを持参しましょう。 ＊使用している油は、なたね油のキャノーラ油です。 ＊コンタミネーションについてご心配な方はお問い合わせください。 ＊食器についたあえものなどの野菜は、ゴムべらでよく落としてください。 **＊材料入荷の都合による献立変更はご了承ください。** **＊不明な点がありましたら給食センター(電話　048－553－1114)へお問い合わせください。**						kcal 650 2.5 2.9	g 26.8

リクエスト給食

- ごはん
- ジョアストロベリー
- コーンカレー
- とりにくのからあげ
- ブロカリサラダ

今月は下忍小学校のみなさんが考えてくれました。

基準値
塩分基準値（g）
塩分平均値（g）