

6月分予定献立表

(給食回数 21回)

平成28年度



久喜市 教育委員会
栗橋小学校

日付 (曜日)	献立(こんだて)			熱や力となるもの (きいろ)	血・肉・骨となるもの (あか)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量 (Kcal) たんぱく質 (g)
	主食	飲物	おかず				
1日 (水)	ゆでうどん	牛乳	さんさいうどん いかのおちやのはあげ キャベツのおひたし	ゆでうどん あぶら こむぎこ	牛乳 とりにく あぶらあげ いか	にんじん たまねぎ ながねぎ こまつな コーン きゃべつ おちや わらび ぜんまい たけのこ	611 26.4
2日 (木)	お弁当の日 (おてつだいをしましょう)						
3日 (金)	むぎごはん	牛乳	(むしばよぼうこんだて) ししゃもフリッター かみかみあえ とんじる	むぎごはん ごまあぶら さんおんとう じゃがいも あぶら こむぎこ	牛乳 いか きざみこんぶ ししゃも とうふ みそ おきあみ	にんじん ごぼう ながねぎ だいこん	626 25.1
6日 (月)	むぎごはん	牛乳 ○	ねぎまどんぶり はるさめスープ ひややっこ	むぎごはん あぶら さんおんとう でんぶん はるさめ	牛乳 とりにく とうふ ぶたにく	ながねぎ にんじん たまねぎ こまつな もやし きくらげ キャベツ ちんげんさい しらたき	626 25.9
7日 (火)	ツイストパン	牛乳 ○	とりにくのマーマレードに キャベツとコーンのソテー やさいスープ	ツイストパン マーマレード でんぶん じゃがいも	牛乳 とりにく ベーコン	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ コーン	613 24.7
8日 (水)	ちゅうかめん	牛乳	(1年生生まめのさやむきたいけ タンメン コーンコロケ かいそうサラダ そらまめ	ちゅうかめん あぶら こむぎこ ごま パンこ ドレッシング	牛乳 ぶたにく いか なると うずらのたまご くわわかめ わかめ あかさぎのり あさり	ながねぎ にんじん キャベツ たけのこ もやし しょうが コーン にんにく そらまめ	660 28.2
9日 (木)	むぎごはん	牛乳 ○	カレーライス フルーツポンチ	むぎごはん じゃがいも あぶら カレールウ	牛乳 ぶたにく スキムミルク チーズ	たまねぎ にんじん トマト にんにく パイナップル おうとう みかん こんにやく	723 20.6
10日 (金)	むぎごはん	牛乳	あつやきたまご ひじきのにもの さわにわん	むぎごはん さんおんとう	牛乳 ぶたにく なると たまご さつまあげ ひじき あぶらあげ	ごぼうこんにやく ながねぎ だいこん ほししいたけ にんじん	611 23.6
13日 (月)	むぎごはん	牛乳	きょうかとかんれんしたこんだて・とくがわいえずのすきだつりょうり とりのてりやき こまつなのおひたし はっちょうみそのみそしる	むぎごはん あぶら じゃがいも さんおんとう でんぶん	牛乳 とりにく みそ あぶらあげ とうふ	たまねぎ こんにやく にんじん こまつな コーン だいこん ながねぎ	615 25.3
14日 (火)	はちみつ パン	牛乳 ○	ツイストマカロニのサラダ こんさいのカポナータ ポトフ	はちみつパン マカロニ あぶら じゃがいも	牛乳 ぶたにく とりにく ベーコン ヨーグルト バター	にんにく ごぼう にんじん たまねぎ トマト キャベツ パセリ エリンギ マッシュルーム	650 30.2
15日 (水)	ゆでうどん	牛乳	カレーうどん かみかみだいたず こまつなサラダ	ゆでうどん でんぶん さんおんとう ドレッシング あぶら カレールウ	牛乳 ぶたにく だいたず かたくちいわし	たまねぎ にんじん ながねぎ こまつな きゅうり	619 22.8
16日 (木)	むぎごはん	牛乳	ぶたバラのにもの ほうれんそうのおひたし みそしる	むぎごはん さんおんとう	牛乳 ぶたにく たまご とりにく	こんにやく しょうが ほねぎ たまねぎ ほうれんそう キャベツ もやし ながねぎ ほししいたけ にんじん	667 28.1
17日 (金)	むぎごはん	牛乳	いわしのかばやき おかひじきのサラダ とんじる	むぎごはん あぶら さんおんとう ごま油 じゃがいも ドレッシング でんぶん ごまあぶら	牛乳 いわし ぶたにく とうふ みそ	にんじん だいこん ながねぎ しょうが にんじん キャベツ コーン おかひじき ごぼう	633 22.1
20日 (月)	むぎごはん	牛乳	たこあげ ぶたにくとねぎのみそいため ぐたくさんじる	むぎごはん でんぶん あぶら さんおんとう じゃがいも	牛乳 あぶらあげ ぶたにく みそ たこ チーズ あおのり かつおぶし	ながねぎ こまつな だいこん にんじん こんにやく しょうが りんご にんじん ごぼう しいたけ	654 27.1
21日 (火)	やまがた しよくパン りんごジャム	牛乳 ○	タンドリーチキン みずなサラダ クラムチャウダー	やまがたしよくパン りんごジャム じゃがいも こむぎこ ドレッシング	牛乳 あさり えび ベーコン バター とりにく	にんじん たまねぎ コーン えだまめ パセリ みずな きゅうり	676 27.5
22日 (水)	ちゅうかめん	牛乳 ○	かんとんめん ねぎみそパオズ じゃこいりサラダ アセロラゼリー	ちゅうかめん でんぶん パオズのかわ さんおんとう あぶら アセロラゼリー	牛乳 ぶたにく うずらのたまご なると みそ ちりめんじゃこ	にんじん ちんげんさい ながねぎ たけのこ しょうが キャベツ コーン ほうれんそう きゅうり	619 25.8
23日 (木)	わかめ ごはん	牛乳	しんじやがとしんたまねぎのにくじゃが あじフライ きゅうりのごまずあえ	むぎごはん ごま じゃがいも さんおんとう あぶら パンこ ごま油 ごま	牛乳 わかめ ぶたにく とりにく あじ	たまねぎ にんじん こんにやく さいいんげん きゅうり もやし	702 22.1
24日 (金)	むぎごはん	牛乳	いかとえびのチリソース はるさめサラダ ワンタンスープ	むぎごはん さんおんとう わんたんのかわ でんぶん はるさめ ドレッシング	牛乳 ぶたにく えび あさり いか	にんじん もやし ながねぎ きゅうり ほうれんそう にんにく しょうが きゅうり きくらげ	600 26.2
27日 (月)	むぎごはん	牛乳	とりにくのこめこあげ こまつなのあえもの だんごじる	むぎごはん あぶら さんおんとう ごま油 でんぶん しらたま ごめこ	牛乳 ぶたにく たまご とりにく	こまつな もやし にんじん だいこん ながねぎ ごぼう	615 23.5
28日 (火)	ライスホール パン	牛乳 ○	オムレツ アップルシャーベット きゅうりサラダ マカロニのカレーに	ライスホールパン マカロニ じゃがいも あぶら ドレッシング カレールウ	牛乳 とりにく こなチーズ スキムミルク たまご	えだまめ にんじん トマト きゅうり にんじん キャベツ りんご たまねぎ りんご	601 23.2
29日 (水)	ゆでうどん	牛乳	きつねうどん キャラメルポテト もやしのおひたし	ゆでうどん さんおんとう あぶら さとう さつまいも	牛乳 あぶらあげ とりにく きざみこんぶ バター	にんじん たまねぎ こまつな ながねぎ キャベツ ほうれんそう もやし	659 20.9
30日 (木)	むぎごはん ふりかけ	牛乳	すぶた ちゅうかスープ	むぎごはん ごま でんぶん あぶら くらざとう ごまあぶら	牛乳 ちりめんじゃこ かつおぶし のり ぶたにく とうふ	ピーマン たまねぎ にんじん えのきだけ ほうれんそう きくらげ	730 25.1

月平均栄養摂取量

643
25

☆牛乳の下に○がついた日はスプーンを持ってきてください。
☆諸般の事情により材料や献立を変更する場合があります。

6月分 学校給食使用食材の産地(予定) ※予定は見積り合せ時点の産地です。

品名	産地(予定)		品名	産地(予定)		品名	産地(予定)		品名	産地(予定)		品名	産地(予定)	
	品名	産地(予定)		品名	産地(予定)		品名	産地(予定)		品名	産地(予定)		品名	産地(予定)
主食	米	埼玉(久喜市産米)	豚肉	北海道・青森・岩手・茨城・栃木・宮崎	あじ	タイ・ベトナム	ながねぎ	茨城・千葉	エリンギ	新潟	干しいたけ	愛知・長野		
	パン	埼玉・アリオカ・カナダ	鶏肉	北海道・青森・岩手・鳥取・徳島	きゃべつ	茨城・千葉	パセリ	茨城・千葉	こまつな	埼玉・茨城	ひじき	鹿児島他		
	麺	埼玉・アリオカ・カナダ	卵	埼玉	きゅうり	茨城・千葉	人参	埼玉・千葉・徳島	大根	茨城	切り干しだいこん	宮崎		
牛乳	牛乳	埼玉・栃木・北海道など	いか	ペルー	じゃがいも	長崎・千葉	にんにく	青森	長葱	千葉	わかめ	岩手		
	埼玉県産の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認をおこなっています。		たこ	熊本・長崎	しょうが	高知・熊本	ほうれんそう	茨城・千葉	葉ねぎ	静岡・福岡				
			いわし	フランス	そらまめ	千葉・宮城	玉葱	千葉						
			あさり	熊本・愛知	ちんげんさい	茨城・千葉	もやし	埼玉						