6月分予定献立表（Cコース）

（給食回数21回）

令和7年度

久喜市教育委員会
久喜市立学校給食センター

日付（曜日）	献立			血・肉・骨となるもの（あか）		体の調子を整えるもの（みどり）		熱や力となるもの（きいろ）		熱量（Kcal）たんぱく質（g）	
	主食	飲物	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学生	中学生
2日（月）	麦ごはん	牛乳	ぶた肉と大豆の甘辛揚げ	ぶた肉、大豆	牛乳		生姜	麦ごはん、でん粉、さとう	油	664	886
			かみかみサラダ（和風ドレッシング）			にんじん	切干大根、きゅうり		ドレッシング	27.1	33.2
	行事食（むし歯予防献立）		根菜のみそ汁	豆腐、油揚げ、みそ		にんじん、ほうれん草	大根、ごぼう	じゃがいも			
			お魚ふりかけ	かつお節、いわし節	のり、青のり	かぼちゃ		さとう、でん粉	ごま		
3日（火）	ごはん	牛乳	いかフライ（ソース）	いか	牛乳			ごはん、小麦粉、パン粉、でん粉	油	611	815
			キャベツとぶた肉のみそ炒め	ぶた肉、みそ		にら、にんじん	生姜、にんにく、キャベツ	さとう、でん粉	油	25.9	31.8
			だまこ汁	とり肉、油揚げ		にんじん	大根、しめじ、長ねぎ	だまこもち			
4日（水）	バターコッペ	牛乳	ホキのピザ焼き	ホキ	牛乳、チーズ	トマト	玉ねぎ	バターコッペ、さとう		622	769
			ポテトの洋風煮	ベーコン		にんじん、パセリ		じゃがいも	油	28.3	32.6
			アルファベットスープ	とり肉		にんじん	玉ねぎ、キャベツ	マカロニ	油		
5日（木）	地粉うどん	牛乳	ゼリーフライ	おから	牛乳	にんじん	長ねぎ、玉ねぎ	地粉うどん、じゃがいも、さとう、小麦粉、パン粉	油	587	764
	郷土料理（埼玉県）		小松菜の和え物			小松菜	キャベツ、もやし			22.5	28.3
			なす南蛮うどん	ぶた肉、油揚げ		にんじん	なす、玉ねぎ、生姜				
6日（金）	ごはん	牛乳	ハンバーグおろしソースがけ	とり肉、ぶた肉	牛乳		大根、玉ねぎ	ごはん、さとう、でん粉		553	733
			さつま揚げの炒め物	さつま揚げ		にんじん	キャベツ、もやし		油	22.3	27.0
			かみなり汁	豆腐	かたくちいわし	にんじん、小松菜	こんにゃく、大根、長ねぎ	さといも	ごま油		
9日（月）	ごはん	牛乳	チキンのトマトソースがけ	とり肉	牛乳	トマト	にんにく	ごはん、さとう	油、オリーブオイル	558	780
			ピラフの具	ベーコン		さやいんげん、にんじん	とうもろこし、にんにく		油	25.3	31.0
			コンソメスープ	フランクフルト		にんじん	玉ねぎ、ズッキーニ	じゃがいも、マカロニ	油		
			中＞パインゼリー					ゼリー			
10日（火）	ごはん	牛乳	かれいの南蛮漬け	かれい	牛乳		玉ねぎ	ごはん、さとう、でん粉	油	569	764
			チンジャオロース	ぶた肉		ピーマン、にんじん	たけのこ、えのきたけ、生姜	さとう、でん粉	油、ごま油	25.3	31.0
			担々春雨スープ	とり肉、みそ		にんじん	もやし、長ねぎ、生姜、にんにく	春雨、さとう	ごま油、ごま		
11日（水）	バターコッペ	牛乳	サーモンのムニエル	さけ	牛乳			バターコッペ、でん粉	油	632	799
			フレンチサラダ（クリーミーフレンチドレッシング）				きゅうり、キャベツ、とうもろこし	マカロニ	ドレッシング	26.4	32.5
	世界の味めぐり献立（カナダ）		ピースープ	フランクフルト、レンズ豆		にんじん	玉ねぎ、グリンピース	じゃがいも	油		
			メープルジャム					ジャム			
12日（木）	中華めん	牛乳	揚げぎょうざ	ぶた肉	牛乳	にら	キャベツ、玉ねぎ、にんにく、生姜	中華めん、小麦粉、でん粉、さとう	油、ごま油	633	829
			チンゲン菜とコーンのサラダ（塩中華ドレッシング）			チンゲン菜	とうもろこし、もやし		ドレッシング	25.4	32.3
			豆腐ラーメン	ぶた肉、豆腐	わかめ	にんじん	長ねぎ	でん粉	油		
13日（金）	ごはん	牛乳	魚と野菜のメンチカツソースがけ	ぶり	牛乳		キャベツ	ごはん、小麦粉、パン粉	油	609	835
			そぼろごはんの具	とり肉		にんじん	生姜、玉ねぎ、枝豆	さとう	油	24.0	30.4
			じゃがいもと豆腐のみそ汁	豆腐、油揚げ、みそ	わかめ		玉ねぎ、長ねぎ	じゃがいも			
16日（月）	ごはん	牛乳	いわしのおかか煮	いわし、かつお節	牛乳			ごはん、でん粉		530	726
			ひじきの煮物	さつま揚げ、とり肉	ひじき	にんじん	こんにゃく、枝豆	さとう	油	25.0	32.3
			呉汁	大豆、豆腐、油揚げ、みそ		にんじん、かぼちゃ	長ねぎ				
17日（火）	ごはん	牛乳	ねぎ塩まんじゅう	ぶた肉	牛乳	にら	長ねぎ、キャベツ、生姜、にんにく、	ごはん、小麦粉、さとう		570	737
			えびボール入り八宝菜	えび、たら、ぶた肉		にんじん	キャベツ、玉ねぎ、たけのこ、きくらげ、生姜	でん粉、さとう	油	20.8	24.5
			トッポギ入り中華スープ		わかめ	にんじん	もやし、長ねぎ	トッポギ	ごま油		
18日（水）	こどもパン	牛乳	とり肉のパン粉焼き	とり肉	牛乳	パセリ		こどもパン、パン粉	ノンエッグマヨネーズ	615	769
			コールスロー（コールスロードレッシング）			にんじん	キャベツ、きゅうり		ドレッシング	29.8	35.6
			じゃがいものクリームスープ		牛乳、スキムミルク	にんじん	玉ねぎ、とうもろこし	じゃがいも、米粉	油		
19日（木）	地粉うどん	牛乳	みそポテト	みそ	牛乳			地粉うどん、さとう、じゃがいも、でん粉	油	622	788
			もやしのおひたし			にんじん、小松菜	もやし			22.1	27.2
			肉汁うどん	ぶた肉、油揚げ		にんじん	玉ねぎ、長ねぎ				

日付（曜日）	献立 主食	献立 飲物	献立 おかず	血・肉・骨となるもの（あか） 1群	血・肉・骨となるもの（あか） 2群	体の調子を整えるもの（みどり） 3群	体の調子を整えるもの（みどり） 4群	熱や力となるもの（きいろ） 5群	熱や力となるもの（きいろ） 6群	熱量（Kcal） たんぱく質（g） 小学生	熱量（Kcal） たんぱく質（g） 中学生
20日（金） 慰霊の日（沖縄県）	ごはん	牛乳	あじごま風味フライ	あじ	牛乳			ごはん、小麦粉、パン粉、でん粉	油、ごま	580	768
			マーミナチャンプルー	ぶた肉、生揚げ、かつお節			もやし、玉ねぎ	さとう	油	23.4	29.1
			もずくスープ	とり肉、かまぼこ	もずく	にんじん	長ねぎ、干ししいたけ、えのきたけ		ごま油		
			シークワーサーゼリー					ゼリー			
23日（月）	ごはん	牛乳	海鮮チヂミ	いか	牛乳	にら	キャベツ	ごはん、小麦粉、米粉	油、ごま油	598	791
			寒天の中華和え		寒天	ブロッコリー、にんじん	きゅうり	さとう		21.5	26.0
			マーボーなす	ぶた肉、みそ、大豆ミート		にんじん	なす、玉ねぎ、長ねぎ、生姜	さとう、でん粉	油、ごま油		
24日（火）	ごはん	牛乳	わらじカツ	ぶた肉	牛乳			ごはん、さとう、パン粉、でん粉	油	656	860
			キャベツの和え物（具だくさん玉ねぎドレッシング）			にんじん	キャベツ、もやし		ドレッシング	24.1	29.6
			つみっこ	とり肉、油揚げ		にんじん	大根、ごぼう、長ねぎ	小麦粉			
25日（水）	コッペパン	牛乳	フランクフルトマスタードソースがけ	フランクフルト	牛乳		玉ねぎ、にんにく	コッペパン、さとう	オリーブオイル	663	857
			きゅうりのサラダ（イタリアンドレッシング）			にんじん	もやし、きゅうり		ドレッシング	26.8	34.2
			ラビオリスープ	ぶた肉		にんじん、トマト、ブロッコリー	玉ねぎ	小麦粉、パン粉	オリーブオイル		
			ヨーグルト		ヨーグルト						
26日（木）	中華めん	牛乳	豆腐しゅうまい	豆腐、ぶた肉、とり肉	牛乳		玉ねぎ、生姜	中華めん、小麦粉、でん粉、さとう		624	815
			春雨サラダ（中華ドレッシング）			にんじん	もやし、キャベツ	春雨	ドレッシング	23.4	29.8
			とんこつラーメン	ぶた肉、なると、みそ		にんじん、チンゲン菜	にんにく、生姜、長ねぎ		油		
27日（金）	ごはん	牛乳	ちくわのから揚げ	ちくわ	牛乳			ごはん、でん粉、さとう	油	576	795
			東松山やきとり丼の具	ぶた肉、みそ			生姜、にんにく、玉ねぎ、長ねぎ、りんご	さとう	油、ごま油	24.4	31.0
			キャベツのみそ汁	生揚げ、みそ		にんじん、小松菜	キャベツ、干ししいたけ、長ねぎ				
30日（月）	ごはん	牛乳	たこナゲット	たこ、いか、たら	牛乳			ごはん、小麦粉、さとう	油	585	796
			野菜の酢じょうゆ和え			小松菜、にんじん	キャベツ	さとう		24.4	31.7
			チキンカレー	とり肉	スキムミルク	にんじん、トマト	玉ねぎ、にんにく	じゃがいも	油、カレールウ		

6月平均栄養摂取量	小学生	中学生
熱量（kcal）	603	794
たんぱく質（g）	24.7	30.5

※食材調達等の事情により、内容を変更する場合があります。
※献立表には、使用する食材全てが記載されているわけではありません。詳細が必要な方には、申請書の提出をお願いしております。
※主食と飲物の食材については、各日の1段目に記載しています。
※「中＞〇〇」は、中学校のみ提供の献立になります。

給食だより

6月の目標「よくかんで食べよう」
「食育を推進しよう」

梅雨入りが間近になりました。気温と湿度が高くなる日が増えてきます。天候が不順で人間の体力が落ちてくる一方で、食中毒の原因になる細菌にとっては活発に動く条件がそろってきます。いつにも増して食中毒予防を意識しながら、換気や手洗い、手指の清潔など衛生対策をしっかり継続していきましょう。

世界の味めぐり献立

6月のテーマ「カナダ」
～先進国首脳会議（G7）～

ハロー！今月はカナダで開催される先進国首脳会議にちなみ、カナダの料理を提供します！
〇ピースープ……豆をたくさん使ったカナダの伝統的な家庭料理です。
〇サーモンのムニエル…名産品のサーモンをムニエル風にアレンジ♪
〇メープルジャム……国旗にも描かれているカエデの葉。
このカエデの木からメープルシロップが作られます！
～給食を食べて、カナダの味を楽しみましょう！～

沖縄県は、沖縄戦が終結した、6月23日を「慰霊の日」としています。そこで、今月は沖縄県の郷土料理、マーミナチャンプルーともずくスープを提供します。
この給食をきっかけに、沖縄県の歴史と平和について考える機会になることを願っています。

手洗いの後は
清潔なタオルやハンカチでふく

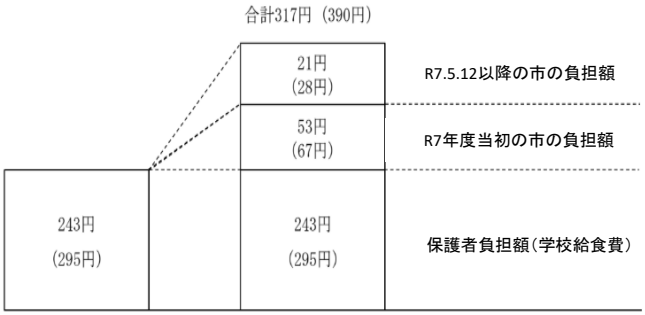
●〇学校給食の食材費高騰分の負担について〇●

学校給食費は保護者の皆様にご負担していただいていますが、令和4年8月以降、食材費の上昇分は市が負担しております。現在も学校給食の食材費は上昇傾向が続いていることから、このたび令和7年5月から更なる物価高騰に伴う食材費の上昇分について、引き続き市が負担することとしました。今後も、保護者の皆様に新たな負担をしていただくことなく、学校給食の質を確保し、栄養バランスの取れた安全・安心でおいしい学校給食を提供します。

【1食あたりの負担額】

	1食あたり単価	保護者負担額（学校給食費）	市の負担額
小学校	317円	243円	74円
中学校	390円	295円	95円

【小学校（中学校）学校給食の食材費高騰に関する市の負担イメージ】



・サラダの手作りドレッシングと和え物の調味料は、学校給食センターで和えて提供します。
・学校給食センターでは、おはしでは食べにくいおかずの時のみスプーンを配送します。
・食物アレルギー、その他の疾患、宗教上の理由等により給食の内容について配慮が必要な場合は、学校給食センターまでご連絡ください。
・久喜市では、学校給食のより一層の安全・安心を確保するために、給食に使用する食材の一部又は全部を試料として、定期的に放射性物質の検査を実施しています。検査結果については久喜市のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

学校給食で使用する食材の産地は、ホームページで公開しております。

【問い合わせ】　久喜市立学校給食センター　　電話　0480-22-8989　　FAX　0480-22-1100
使用図書・イラスト：新食育ブック