

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため学校が臨時休業になる場合、学校給食も中止となります。

6月分予定献立表(Bコース)

(給食回数22回)

令和4年度



久喜市教育委員会
久喜市立学校給食センター

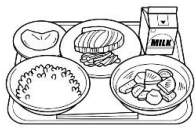
日付 (曜日)	献立		血・肉・骨となるもの(あか)		体の調子を整えるもの(みどり)		熱や力となるもの(きいろ)		給食(食)たんぱく質(a)		
	主食	飲物	1群	2群	3群	4群	5群	6群			
1日 (水)	ごはん	牛乳	しろみざかなのチリソース	メルルーサ	牛乳		ながねぎ、にんにく、しょうが	ごはん、さとう、 でんぶん	あぶら	604	
			うずらたまごいりはっぽうさい	うずらたまご、 ぶたにく		にんじん	キャベツ、たまねぎ、 たけのこ、しょうが	でんぶん	あぶら		
			わかめスープ	とりにく、とうふ	わかめ	にんじん	もやし		あぶら、ごまあぶら、 ごま		28.3
2日 (木)	コッペパン	牛乳	フランクフルトマッシュルーム ソースがけ	フランクフルト	牛乳		マッシュルーム	コッペパン、さとう		573	
			こんにゃくサラダ (イタリアンドレッシング)			にんじん、 ブロッコリー	こんにゃく		ドレッシング		
			コンソメスープ	ベーコン		にんじん	キャベツ、たまねぎ	じゃがいも	あぶら		23.2
3日 (金)	むぎごはん ぎょうじしょく (おしぼろほう こんだて)	牛乳	いかフライ(ソース)	いか	牛乳			むぎごはん、 こむぎこ、パンこ	あぶら	627	
			かみかみいため	さつまあげ	くきわかめ	にんじん	ごぼう、えだまめ		ごまあぶら		
			しげただじる	とりにく		にんじん、こまつな	ほししいたけ	しらたまだんご			25.6
6日 (月)	じごなうどん	牛乳	かまぼこのてんぷら (たまごふくむ)		牛乳	かぼちゃ		じごなうどん、 てんぷらこ、こむぎこ	あぶら	639	
			もやしのあえもの (ぐだくさんたまねぎドレッシング)			こまつな、にんじん	もやし		ドレッシング		
			ごもくうどん	ぶたにく、 さつまあげ、 あぶらあげ		にんじん	ほししいたけ、たまねぎ、 ながねぎ	でんぶん			24.6
7日 (火)	ごはん	牛乳	チキンナゲット	とりにく	牛乳		にんにく	ごはん、 パンこ、こむぎこ	あぶら	674	
			だいこんサラダ (パンパンジードレッシング)			にんじん	もやし、だいこん、えだまめ		ドレッシング		
			コーンカレー	ぶたにく	スキムミルク	にんじん、トマト	たまねぎ、とうもろこし、 にんにく	じゃがいも	あぶら、カレールウ		21.7
8日 (水)	ごはん	牛乳	とうふハンバーグおろしソース	とうふ、とりにく	牛乳		だいこん、たまねぎ	ごはん、さとう		597	
			はるさめのいたためもの	ぶたにく、 さつまあげ		こまつな、にんじん	しょうが	はるさめ、さとう	あぶら		
			ごまみそじる	なまあげ、みそ			たまねぎ、ながねぎ、ごぼう	じゃがいも	ごま		24.9
9日 (木)	メロンパン (たまご・にゅう ふしよう)	牛乳	コーンコロッケ(ソース)		牛乳		とうもろこし	メロンパン、 こむぎこ、パンこ	あぶら	687	
			スパゲティナポリタン	ぶたにく		ピーマン	たまねぎ、にんにく	スパゲッティ、さとう	あぶら		
			やさしいスープ	とりにく		にんじん	キャベツ、たまねぎ	じゃがいも	あぶら		23.2
10日 (金)	ごはん	牛乳	あじのごまふうみフライ	あじ	牛乳		しょうが	ごはん、こむぎこ、 でんぶん、パンこ	あぶら、ごま	608	
			ぶたにくとズッキーニのいた めもの	ぶたにく		にんじん	ズッキーニ、もやし、しょうが		あぶら		
			こまつなのみそじる	あぶらあげ、 とうふ、みそ		こまつな	だいこん、ながねぎ				27.7
13日 (月)	ちゅうかめん	牛乳	かいせんチヂミ	いか、たこ	牛乳	にら	キャベツ	ちゅうかめん、 こむぎこ	あぶら	675	
			きゅうりのサラダ (ちゅうかドレッシング)			にんじん	とうもろこし、キャベツ、 きゅうり		ドレッシング		
			かつうらたんたんめん	ぶたにく		にんじん、にら	にんにく、しょうが、 たまねぎ、ながねぎ	さとう、でんぶん	あぶら、ラーゆ、 ごまあぶら		
			ヨーグルト		ヨーグルト						27.0
14日 (火)	ごはん	牛乳	レバーのオーロラソースあえ	ぶたレバー	牛乳			ごはん、さとう、 でんぶん	あぶら	666	
			キャベツのごまあえ				もやし、キャベツ、きゅうり、 とうもろこし		ごま		
			かぼちゃのみそじる	あぶらあげ、 みそ		かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも			27.8
15日 (水)	ごはん	牛乳	さわらのねぎみそだれがけ	さわら、みそ	牛乳		ながねぎ	ごはん、さとう、 でんぶん		599	
			ごぼうサラダ (ごまドレッシング)			にんじん	ごぼう、えだまめ		ドレッシング		
			ぐだくさんじる	なまあげ		にんじん	だいこん、こんにゃく、 ほししいたけ、ながねぎ				
			なっとう	なっとう							30.8
16日 (木)	こどもパン	牛乳	キャベツいりメンチカツ(ソース)	ぶたにく、とりにく	牛乳		キャベツ	こどもパン、 こむぎこ、パンこ	あぶら	722	
			カラフルソテー	フランクフルト		さいやんげん、 にんじん	とうもろこし		あぶら		
			キャロットポタージュ	とりにく、 とうにゅう	牛乳、 スキムミルク	にんじん	たまねぎ		あぶら、 ホワイトルウ		25.0
17日 (金)	ごはん	牛乳	ミートボールケチャップソース かけ	ぶたにく	牛乳		たまねぎ、しょうが	ごはん、さとう、 パンこ、でんぶん		575	
			こうやどうふのいために	とりにく、 こうやどうふ、 さつまあげ		にんじん	しょうが、えだまめ、キャベツ		あぶら		
			たまねぎのみそじる	なまあげ、みそ		チンゲンサイ、 にんじん	たまねぎ				26.5
20日 (月)	じごなうどん きょうど りょうり (さいたまけ ん)	牛乳	みそポテト	みそ	牛乳			じごなうどん、さとう、 じゃがいも、でんぶん	あぶら	641	
			こまつなともやしのおひたし			こまつな、にんじん	もやし				
			なすなんぼううどん	ぶたにく、 あぶらあげ		にんじん	なす、たまねぎ、しょうが				23.4
21日 (火)	ごはん	牛乳	ねぎみそパオズ	ぶたにく、 とりにく、みそ	牛乳		たまねぎ、ながねぎ	ごはん、こむぎこ、 でんぶん、パンこ		618	
			チンゲンサイとコーンのサラダ (ごみしおドレッシング)			チンゲンサイ	とうもろこし、もやし		ドレッシング		
			やさしいたっぷりマーボーどうふ	ぶたにく、とうふ、 みそ		にんじん	たまねぎ、ほししいたけ、 ながねぎ、たけのこ、しょうが	さとう、でんぶん	あぶら、ごまあぶら		24.9

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)	小学生
	主食	飲物	1群	2群	3群	4群	5群	6群		
22日 (水)	ごはん いれいのひ	牛乳	かつおフライ(ソース)	かつお	牛乳			ごはん、 こむぎこ、パンこ	あぶら	664
			ゴーヤチャンプルー	ぶたにく、 なまあげ、 かつおぶし			ゴーヤ、もやし、たまねぎ	さとう	あぶら	
			もずくスープ	とりにく、なると	もずく	にんじん	ながねぎ、ほししいたけ、 えのきだけ		ごまあぶら	
			シークワサーゼリー					ゼリー		27.3
23日 (木)	ツイストパン おはなし きゅうしやく (ちいさな スプーン おばさん)	牛乳	レモンバジルチキン	とりにく	牛乳	バジル	にんにく、レモン	ツイストパン	あぶら、 オリーブオイル	606
			ポークビーンズ	ぶたにく、だいず		にんじん、トマト	にんにく、たまねぎ	じゃがいも、さとう	あぶら	
			マカロニスープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ、キャベツ	マカロニ	あぶら	
24日 (金)	ごはん	牛乳	ぶたのからあげねぎしおソース かけ	ぶたにく	牛乳		ながねぎ、しょうが、レモン	ごはん、さとう、 でんぶん	あぶら、 ごまあぶら	663
			おやまめこまめあえ (サウザンアイランドドレッシング)	だいず		にんじん	えだまめ、キャベツ		ドレッシング	
			とうふとあぶらあげのみそしる	とうふ、みそ、 あぶらあげ			たまねぎ、だいこん			
27日 (月)	ちゅうかめん	牛乳	やさいたつぷりはるまき	ぶたにく	牛乳、ひじき	にんじん	キャベツ、たまねぎ、 ながねぎ、しょうが	ちゅうかめん、 はるさめ、こむぎこ	あぶら	670
			キャベツとあつあげのちゅうか いため	とりにく、 なまあげ		にんじん	しょうが、キャベツ		あぶら、 ごまあぶら	
			とんこつラーメン	ぶたにく、なると、 みそ		にんじん、 チンゲンサイ	にんにく、しょうが、ながねぎ		あぶら	
28日 (火)	ごはん	牛乳	さばカレーたつたあげ	さば	牛乳		しょうが	ごはん、でんぶん	あぶら	667
			じゃがいもそぼろに	ぶたにく		にんじん、 さやいんげん	こんにゃく	じゃがいも、さとう	あぶら	
			えのきのみそしる	なまあげ、みそ		にんじん、こまつな	えのきだけ、だいこん			
29日 (水)	ごはん	牛乳	ビビンバ(に)く	ぶたにく	牛乳	にら	ぜんまい	ごはん、さとう	あぶら、 ごまあぶら、ごま	560
			ナムル(やさい) (ナムルドレッシング)			にんじん	キャベツ、もやし		ドレッシング	
			ビーフンスープ	とりにく、なると		にんじん	だいこん、たまねぎ、 たけのこ	ピーン、でんぶん	あぶら、 ごまあぶら	
30日 (木)	くろパン	牛乳	とりにくのコーンフレークやき	とりにく	牛乳			くろパン、 こめこパンこ、 コーンフレーク	ノンエッグマヨネーズ	666
			ブロッコリーサラダ (コールスロウドレッシング)			ブロッコリー、 にんじん	とうもろこし、こんにゃく		ドレッシング	
			ミネストローネ	フランクフルト、 ひよこまめ		にんじん、トマト	キャベツ、たまねぎ		あぶら	
6月平均栄養摂取量									熱量(kcal)	636
									たんぱく質(g)	26.4

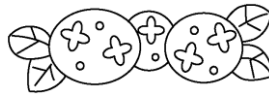
※食材調達等の事情により、内容を変更する場合があります。

※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。詳細な内容が必要な方は、ご相談ください。

※主食と飲物の食材については、各日の一段目に記載しています。



給食だより



6月の目標

「清潔な食事をしよう」

梅雨の季節を迎えました。これから夏にかけ、じめじめして湿度が高くなり、体の抵抗力が落ちてきます。体調を崩しやすくなる時期なので、規則正しい生活を心がけて過ごしましょう。また、6～9月頃までは食中毒が発生しやすくなります。身の回りの衛生には特に気をつけましょう。



いただきます！の前に 石けんで手を洗いましょう

細菌やウイルスは、せき、くしゃみなどに混じって移動します。また、細菌などがついた手で食べ物を触ると、食べ物を通して、細菌などが体の中に入ってしまう。細菌などを体の中に入れていために、食事前に石けんで必ず手を洗う習慣が大切です。



慰霊(いれい)の日

6月23日は、「慰霊(いれい)の日」です。

沖縄では、1945年3月末から約3か月、沖縄に上陸した米軍と日本軍が、多くの住民を巻き込みながら激しい戦闘を繰り広げました。

沖縄県は、沖縄戦終結のこの日を「慰霊(いれい)の日」としています。毎年、沖縄本島南部にある平和記念公園で『沖縄全戦没者追悼式』が開かれ、約20万人の犠牲者に祈りがささげられ、平和を願う日です。

給食では、「慰霊(いれい)の日」にちなみ、沖縄県の郷土料理を提供します。この給食をきっかけに、沖縄県の歴史を学び、平和について考える機会になることを願っています。

給食提供日 Aコース：17日、Bコース：22日、Cコース：20日

ごはん 牛乳 かつおフライ(ソース) ゴーヤチャンプルー
もずくスープ シークワサーゼリー



6月のおはなし給食

「小さなスプーンおばさん」 作 アルフ・プリエイセン

この本は、ある朝、ティースプーンくらいの大きさになってしまったおばさんの物語です。小さくなったおばさんは、小さな世界の大きな冒険に巻き込まれ、動物たちの助けをもらいながらピンチを乗り越えます。

給食では、本に出てくるマカロニのスープを提供します。本の世界を楽しみながら、おいしくいただきます。

おしらせ

- ・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、宗教上の理由及び放射能を理由に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。
- ・学校給食センターでは、新型コロナウイルス感染症対策として、毎日の健康チェックやマスク着用・手洗いの徹底をしています。また、施設は24時間換気が行われています。

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