
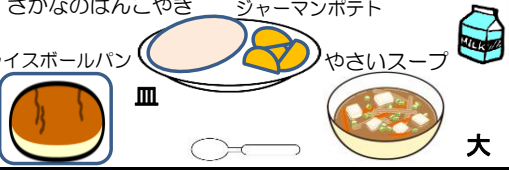

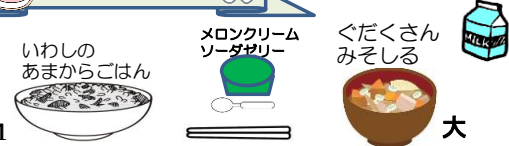

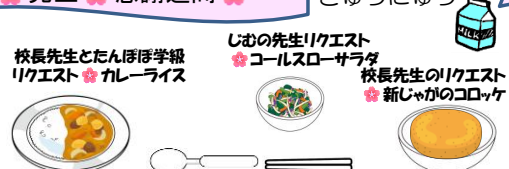

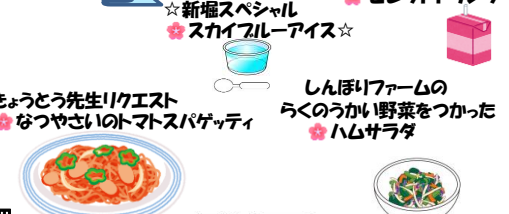

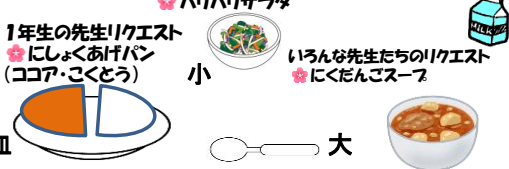


日付	もりつけ図	こんだて名	入っている食品	栄養価
1 (月)	あじさいゼリー ぎゅうにゅう キムチピビンバ ポパイスープ 	キムチピビンバ	米 むぎ 油 にんにく 長ねぎ ぶた肉 酒 しょうゆ テンメンジャン どんぶん キムチ ごま油 にんじん こまつな もやし しょうゆ 砂糖 酒 酢 コチュジャン	熱量 618 kcal
		ポパイスープ	削り節 油 ベーコン じゃがいも 玉ねぎ 酒 しょうゆ 塩 こしょう ほうれん草	蛋白質 23.2 g
		あじさいゼリー	粉寒天 砂糖 クランベリージュース 砂糖 サイダー 白ワイン はちみつ	
2 (火)	さかなのばんこやき ジャーマンポテト ぎゅうにゅう ライスボールパン やさいスープ 	ライスボールパン	さきたまライスボールパン(乳・たまご不使用)	熱量 625 kcal
		さかなのばんこやき	メルルーサ(切り身) 塩 こしょう ワイン パセリ バジル チーズ レモン汁 パン粉(乳・たまご不使用) オリーブオイル	蛋白質 30 g
		ジャーマンポテト	じゃがいも 油 ベーコン たまねぎ 塩 こしょう	
		やさいスープ	鶏から 玉ねぎ ワイン にんじん マッシュルーム キャベツ 塩 こしょう しょうゆ こまつな	
3 (水)	むぎごはん ハッシュドポーク ぎゅうにゅう ちくわサラダ 	むぎごはん	米 むぎ	熱量 676 kcal
		ハッシュドポーク	鶏ガラ 小麦粉 油 玉ねぎ 砂糖 ぶた肉 にんにく 塩 こしょう パプリカパウダー ワイン 玉ねぎ しめじ 塩 しょうゆ 中濃ソース ウスターソース ケチャップ トマトジュース トマトピューレ	蛋白質 22.6 g
		ちくわサラダ	ちくわ(卵白不使用) キャベツ にんじん コーン だいこん 油 酢 しょうゆ 塩 こしょう	
4 (木)	かむかむこんだて いわしのあまからごはん メロンクリームソーダゼリー ぎゅうにゅう ぐだくさんみそしる 	いわしのあまからごはん	米 むぎ いわし(開き)でん粉 油 酒 みりん 砂糖 しょうゆ はちみつ しょうが ごま	熱量 631 kcal
		ぐだくさんみそしる	削り節 ごぼう だいこん 豆腐 こまつな 油揚げ ねぎ みそ	蛋白質 22 g
		メロンクリームソーダゼリー	メロンクリームソーダゼリー(鉄分強化) ※乳・たまご不使用 ※豆乳使用あり	
5 (金)	ひやしちゅうか とりにくのごまあげ ぎゅうにゅう 	ひやしちゅうか	中華めん(たまご不使用) ごま油 削り節 しょうゆ 酢 みりん 砂糖 ごま油 からし ぶた肉 にんじん もやし きゅうり	熱量 582 kcal
		とりにくのごまあげ	とり肉 にんにく しょうが 酒 塩 しょうゆ 小麦粉 でん粉 ごま油	蛋白質 28.4 g
✿ 先生 ✿ 感謝週間 ✿ 開校記念日の1週間は先生のリクエスト献立を取り入れています				
8 (月)	校長先生とたんぽぽ学級 リクエスト★カレーライス しほの先生リクエスト★コールスローサラダ 校長先生のリクエスト★新じゃがのコロッケ 	校長先生とたんぽぽ学級 たんどうの先生リクエスト★カレーライス	米 むぎ 油 しょうが にんにく 玉ねぎ ぶた肉 ワイン 塩 こしょう 鶏ガラ にんじん じゃがいも 米粉 油 カレー粉 ケチャップ 中濃ソース ウスターソース しょうゆ はちみつ	熱量 866 kcal
		校長先生のリクエスト★新じゃがのコロッケ	じゃがいも 油 ぶた肉 玉ねぎ 塩 こしょう 小麦粉 パン粉(乳・たまご不使用) 油 中濃ソース	蛋白質 27.7 g
		しほの先生リクエスト★コールスローサラダ	キャベツ にんじん コーン 砂糖 塩 こしょう 酢 油 ノンエッグマヨネーズ	
9 (火)	5年生の先生リクエスト★ビスキュイパン 6年生の先生リクエスト★イカサラダ 4年生の先生リクエスト★コーンスーフ 	5年生たんの先生リクエスト★ビスキュイパン	子供パン(乳・たまご不使用) はちみつ マーガリン 砂糖 小麦粉 ラム酒 アーモンド	熱量 770 kcal
		6年生たんの先生リクエスト★イカサラダ	キャベツ にんじん きゅうり 酢 油 塩 こしょう 玉ねぎ 砂糖 イカ ワイン 米粉 油	蛋白質 27.9 g
		4年生たんの先生リクエスト★コーンスーフ	鶏から 油 ベーコン たまねぎ にんじん クリームコーン(乳不使用) コーン 小麦粉 牛乳 ワイン 塩 こしょう パセリ	
		学校記念日		
10 (水)	しょうどう先生リクエスト★なつやすみのトマトスパゲッティ 新堀スペシャル★スカイブルーアイス せレクトドリンク しんぼりファームの らくのうかい野菜をつかった★ハムサラダ 	しょうどう先生リクエスト★なつやすみのトマトスパゲッティ	スパゲッティ(たまご不使用) 油 にんにく ベーコン 玉ねぎ ぶた肉 トマト 塩 こしょう ワイン トマトピューレ ケチャップ ズッキーニ なす ウスターソース しょうゆ バジル	熱量 655 kcal
		しんぼりファームのらくのうかい野菜をつかった★ハムサラダ	ハム キャベツ きゅうり にんじん コーン こしょう しょうゆ 酢 油 たまねぎ	蛋白質 24.4 g
		新堀スペシャル★スカイブルーアイス	異性化液糖(国内製造)、砂糖、りんご果汁、ぶどう糖、ライム果汁、水あめ、食塩/香料、安定剤(ペクチン)、酸味料、着色料(スピリリナ青、クチナシ、紅花黄)、(一部にりんごを含む)	
11 (木)	3年生の先生リクエスト★さくさくとりてん サニー先生リクエスト★ひじきごはん とうやま先生リクエスト★びりからきゅうり 支援員の先生リクエスト★みぞしる 	サニー先生リクエスト★ひじきごはん	米 むぎ だし昆布 とり肉 にんじん 干しいたけ ひじき 油揚げ しょうゆ 砂糖 みりん 酒	熱量 624 kcal
		3年生たんの先生リクエスト★さくさくとりてん	とり肉 にんにく しょうが 酒 塩 しょうゆ 小麦粉 でん粉 油	蛋白質 30.8 g
		とうやま先生リクエスト★びりからきゅうり	きゅうり 塩 しょうゆ 酢 ラー油 砂糖	
		支援員の先生リクエスト★みぞしる	煮干し 豆腐 長ねぎ わかめ 酒 みそ	
12 (金)	2年生の先生リクエスト★パリパリサラダ 1年生の先生リクエスト★にしよくあげパン(ココア・こくとう) いろいろ先生たちのリクエスト★にくたんごスープ 	1年生たんの先生リクエスト★にしよくあげパン	コッペパン(乳・たまご不使用) 油 黒砂糖 塩 ココア 脱脂粉乳	熱量 595 kcal
		2年生たんの先生リクエスト★パリパリサラダ	ワンタンの皮 油 キャベツ きゅうり コーン ごま油 酢 しょうゆ 塩	蛋白質 23.1 g
		通報・図書・相談員・サポーターの先生リクエスト★にくたんごスープ	とり肉 ぶた肉 長ねぎ しょうが 酒 塩 こしょう でんぶん 鶏から にんじん 干しいたけ たけのこ 長ねぎ はくさい こまつな 酒 しょうゆ ごま油	

献立は都合により変更する場合があります。栄養価は中学年を基準にしています。低学年は0.8倍、高学年は1.2倍が目安です。

6月は『彩の国ふるさと給食月間』です。地域でとれたおいしいやさいをたくさん取り入れています



日付	もりつけ図	こんだて名	入っている食品	栄養価
<p>【日本の味めぐり】さいたま県の料理 地産地消ウィーク 埼玉県の郷土料理を取り入れています</p>				
15 (月)	<p>むぎごはん <small>なつやさいとぶたにくのスタミナのため</small></p> <p>ちゅうかたまごスープ</p>	<p>むぎごはん</p> <p>なつやさいとぶたにくのスタミナのため</p> <p>ちゅうかたまごスープ</p>	<p>米 むぎ</p> <p>にんにく ぶた肉 トウバンジャン トマト 酒 てんめんじやん しょうゆ 油 玉ねぎ なす ピーマン</p> <p>鶏ガラ わかめ とり肉 にんじん たまねぎ キャベツ 酒 塩 こしょう しょうゆ たまご ごま ごま油 こまつな</p>	<p>熱量 605 kcal</p> <p>蛋白質 24 g</p>
16 (火)	<p>ゼリーフライバーガー <small>ゼリーフライ・ごぼうサラダ</small></p> <p>ポトフ</p> <p>パンにはさんでバーガーにしてね</p>	<p>ゼリーフライバーガー (パン・ゼリーフライごぼうサラダ)</p> <p>ポトフ</p>	<p>じゃがいも 長ねぎ にんじん 油 おから 牛乳 塩 こしょう 小麦粉 油 ウスターソース</p> <p>ごぼう 酢 にんじん きゅうり キャベツ コーン ごま油 しょうゆ 砂糖 ごま ノンエッグマヨネーズ</p> <p>鶏から ウインナー たまねぎ じゃがいも とり肉 キャベツ 酒 塩 こしょう しょうゆ</p>	<p>熱量 669 kcal</p> <p>蛋白質 20 g</p>
17 (水)	<p>キャロットピラフ</p> <p>クラムチャウダー</p>	<p>キャロットピラフ</p> <p>クラムチャウダー</p>	<p>米 むぎ 鶏ガラ 油 とり肉 たまねぎ にんじん セロリ コーン 赤ピーマン 塩 こしょう ワイン しょうゆ</p> <p>鶏から 油 ベーコン たまねぎ にんじん セロリ じゃがいも あさり ワイン 米粉 油 牛乳 パター 塩 こしょう 生クリーム パセリ</p>	<p>熱量 620 kcal</p> <p>蛋白質 22.8 g</p>
18 (木)	<p>にくじるうどん</p> <p>じゃがまるくん</p>	<p>にくじるうどん</p> <p>じゃがまるくん</p>	<p>うどん 削り節 だし昆布 油 ぶた肉 酒 にんじん 長ねぎ まいたけ しめじ エノキ こまつな 油揚げ みりん しょうゆ 塩</p> <p>じゃがいも 牛乳 チーズ 塩 こしょう でん粉 油</p>	<p>熱量 630 kcal</p> <p>蛋白質 25.2 g</p>
19 (金)	<p>ゆかりごはん</p> <p>おおかあえ</p> <p>さといもとだいごんのそぼろに</p>	<p>ゆかりごはん</p> <p>おおかあえ</p> <p>さといもとだいごんのそぼろに</p>	<p>米 むぎ</p> <p>さといも だいごん 削り節 みりん 酒 砂糖 しょうゆ 油 とり肉 にんじん でんぶん しょうが</p> <p>こまつな キャベツ にんじん えのき 砂糖 しょうゆ みりん かつおぶし</p> <p>ミカンジュース にんじん 寒天 砂糖 ラム酒 ゼラチン</p>	<p>熱量 524 kcal</p> <p>蛋白質 17 g</p>
22 (月)	<p>あぶたまどん</p> <p>みそしる</p> <p>オレンジ</p>	<p>あぶたまどん</p> <p>みそしる</p> <p>オレンジ</p>	<p>米 むぎ 油揚げ 高野豆腐 たまねぎ みりん 酒 砂糖 しょうゆ 塩 こまちふ たまご こまつな</p> <p>だし昆布 削り節 だいごん 油揚げ 長ねぎ だいごん</p> <p>パルシアオレンジ</p>	<p>熱量 629 kcal</p> <p>蛋白質 25.2 g</p>
23 (火)	<p>むぎごはん</p> <p>さけのこうじやき</p> <p>ごまあえ</p> <p>みそしる</p>	<p>むぎごはん</p> <p>さけのこうじやき</p> <p>ごまあえ</p> <p>みそしる</p>	<p>米 むぎ</p> <p>鮭(切り身) 塩麴 しょうゆ</p> <p>もやし こまつな にんじん しょうゆ 砂糖 酒 ごま</p> <p>削り節 じゃがいも 生揚げ 長ねぎ わかめ 酒 みそ</p>	<p>熱量 611 kcal</p> <p>蛋白質 27 g</p>
24 (水)	<p>チリコンカンドッグ</p> <p>ABCスープ</p> <p>えだまめサラダ</p>	<p>チリコンカンドッグ</p> <p>ABCスープ</p> <p>えだまめサラダ</p>	<p>コッペパン(たまご・乳不使用) 油 パター 小麦粉 にんにく ぶた肉 ナツメグ オールスパイス チリパウダー 玉ねぎ セロリ 大豆 ワイン 塩 こしょう トマトピューレ ケチャップ 中濃ソース しょうゆ チーズ</p> <p>鶏から 油 たまねぎ とり肉 ワイン にんじん コーン キャベツ 塩 こしょう しょうゆ こまつな マカロニ</p> <p>キャベツ きゅうり えだ豆 酢 油 塩 こしょう レモン汁 マスタード</p>	<p>熱量 620 kcal</p> <p>蛋白質 28.6 g</p>
<p>郷土料理こんだて<<おきなわ県>></p>				
25 (木)	<p>ししじゅーしー</p> <p>サターアندگان</p> <p>もずくスープ</p>	<p>ししじゅーしー</p> <p>サターアندگان</p> <p>もずくスープ</p>	<p>米 むぎ ぶた肉 焼き豚 糸昆布 塩 しょうゆ 酒 こしょう ごま</p> <p>鶏から とり肉 キャベツ 長ねぎ にんじん もずく 酒 塩 こしょう しょうゆ</p> <p>黒砂糖 ホットケーキミックス(乳・たまご不使用) 豆腐 油</p>	<p>熱量 598 kcal</p> <p>蛋白質 23.4 g</p>
26 (金)	<p>ジャージャーめん</p> <p>とうもろこし</p>	<p>ジャージャーめん</p> <p>とうもろこし</p>	<p>中華めん(たまご不使用) ごま油 しょうが にんにく 長ねぎ 干しいたけ にんじん ごぼう ぶた肉 玉ねぎ たけのこ もやし ごま油 酒 八丁味噌 砂糖 しょうゆ トウバンジャン ごま油</p> <p>とうもろこし</p>	<p>熱量 616 kcal</p> <p>蛋白質 27.3 g</p>
29 (月)	<p>ぶたにくのしょうがやきどん</p> <p>みそけんちんじる</p>	<p>しょうがやきどん</p> <p>みそけんちんじる</p>	<p>米 むぎ ぶた肉 酒 しょうが しょうゆ 油 にんじん キャベツ 塩 こしょう</p> <p>煮干し 糸こんにやく さといも ごぼう にんじん だいごん 油揚げ 酒 ごま油 豆腐 こまつな みそ</p>	<p>熱量 604 kcal</p> <p>蛋白質 25.1 g</p>
30 (火)	<p>むぎごはん</p> <p>ホキのみそだれかけ</p> <p>おひたし</p> <p>ぐだくさんじる</p>	<p>むぎごはん</p> <p>ホキのみそだれかけ</p> <p>おひたし</p> <p>ぐだくさんじる</p>	<p>米 むぎ</p> <p>ホキ(切り身) 酒 しょうゆ でん粉 油 西京みそ 砂糖 みりん</p> <p>もやし こまつな にんじん しょうゆ 砂糖 酒</p> <p>削り節 ごぼう にんじん 干しいたけ ぶた肉 だいごん 長ねぎ こまつな 酒 みそ しょうゆ</p>	<p>熱量 590 kcal</p> <p>蛋白質 24.3 g</p>

*イラストは、実際の給食と食材等が異なる場合がございますので、詳しい内容は【入っている食品】の欄をご確認ください。

