



6月分予定献立表



日	こんだて名 主食 飲み物 おかず	アレルギー物質 全28品目中	使用材料名			栄養価		
			赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとなる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとなる	緑色の食品 体の調子を整える もとなる	上段:小 エネルギー (kcal)	下段:中 たんぱく質 (g)	
3月	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				631	25.2
	さわにわん	豚肉	豚肉	春雨	人参 たけのこ えのきたけ さやえんどう		809	30.6
4火	あじのなんぼんづけ		あじでんぱんつき	油 砂糖 ごま油	生姜 ねぎ			
	★ひじきのいために	大豆	ひじき さつま揚げ 大豆	油 砂糖	干し椎茸 人参 白滝			
	ごはん			ごはん			569	19.4
5水	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	★こんさいのごまみそしる	大豆 ごま	豆腐 みそ	じゃがいも ごま	人参 大根 小松菜 ねぎ			
	★いかのしょうがやき	いか	いかの生姜しょうゆ漬				709	29.2
6木	★くわわかめのきんぴら	豚肉	豚肉 くわわかめ	油 ごま油 砂糖	ごぼう 人参 白滝			
	こどもパン	小麦 乳 大豆		こどもパン				
	【ジョア マスカット】		ジョア				628	23.2
7金	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	★しょうゆけんちんじる	大豆	豆腐	ごま油 じゃがいも	人参 大根 ごぼう 白滝 ねぎ			
10月	ハンバーグのおろしソースかけ	鶏肉 豚肉 大豆	ハンバーグ	砂糖 でんぱん	大根			
	ぜんまいのいために	大豆	油揚げ	油 砂糖	ぜんまい 人参 たけのこ			
	ごはん			ごはん			618	24.0
11火	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	しめじのみそしる	大豆	厚揚げ みそ		人参 しめじ ほうれん草			
	いわしのうめ		いわしの梅煮				826	29.3
12水	もやしのカレーいため	豚肉	ベーコン	油	人参 もやし コーン			
	ももゼリー	もも	もも	ももゼリー				
	ごはん			ごはん			651	23.3
13木	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	どうふとわかめのすましじる	大豆	豆腐 わかめ		干し椎茸 人参 ほうれん草 ねぎ			
	やさしいコロッケ ソース	小麦 乳 大豆 りんご		野菜コロッケ 油			800	28.4
14金	さんしょくそぼろどんのぐ	卵 豚肉 大豆	豚肉 炒り卵	砂糖	生姜 枝豆			
	【ちゅうかめん】	小麦		中華めん				
	ごはん			ごはん			617	26.5
15土	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	みそラーメンじる	豚肉 鶏肉 大豆	豚肉 みそ	油 ごま油	にんにく 生姜 きくらげ 人参 玉ねぎ もやし にら			
	パオズ (小2こ中3こ)	えび 小麦 大豆 鶏肉 豚肉	五目パオズ				815	36.1
16日	メンマのいためもの	大豆		油	人参 メンマ 小松菜			
	きなこあげパン	小麦 大豆	きな粉	乳・卵不使用パン 油 砂糖				
	ごはん			ごはん			617	26.5
17月	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	ポークビーンズ	豚肉 鶏肉 大豆 りんご	豚肉 大豆	じゃがいも 砂糖 油	にんにく 人参 玉ねぎ トマト パセリ			
	キャベツとツナのソテー	豚肉 鶏肉	ベーコン ツナ	油	人参 キャベツ			
18火	【ヨーグルト】	乳	ヨーグルト					
	ごはん			ごはん				
	わかめふりかけ			わかめふりかけ			569	27.5
19水	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	★じゃぶに	鶏肉 大豆	鶏肉 豆腐	油 砂糖	ごぼう 人参 大根 干し椎茸			
	さわらのしおこうじやき		さわらの塩麹漬				723	33.9
20木	ちくわといんげんのいためもの	ごま	ちくわ	ごま油 砂糖 ごま	人参 白滝 いんげん			
	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				583	20.6
21金	じゃがいものみそしる	大豆	豆腐 みそ	じゃがいも	人参 小松菜			
	ごもくあつやきたまご	卵 小麦 大豆	五目厚焼き卵					
	★いりどり	鶏肉	鶏肉	油 砂糖	人参 ごぼう 白滝 れんこん いんげん			
22土	どうにゅうパンナコッタ (いちごソース)	大豆 りんご		豆乳パンナコッタ (いちごソース)			729	24.8
	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				575	25.2
23日	ウェーブワンタンスープ	小麦 鶏肉 大豆	鶏肉 なんと	ウェーブワンタン	人参 メンマ もやし 干し椎茸 小松菜			
	どうふハンバーグ あんかけ	大豆 鶏肉 豚肉	豆腐ハンバーグ	砂糖 でんぱん			753	31.8
	きゅうりのピリからいため	豚肉	豚肉	ごま油 砂糖	にんにく 生姜 きゅうり			
24月	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	さいのくにしょうゆとんじる	大豆 豚肉	豚肉 豆腐	じゃがいも	人参 ごぼう なす ねぎ			
25火	しろみぎかなのゴールデンがほすソースかけ		白身魚(たら) でんぱんつき	油	にんにく ゴールデンがほす			
	やさしいソテー	豚肉 鶏肉	ベーコン	油	キャベツ コーン			
	ごはん			ごはん			598	24.3
26水	さきたまボールパン	小麦 乳 大豆		さきたまボールパン				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	レタスのスープ	鶏肉		油	玉ねぎ 人参 しめじ レタス			
27木	ハムカツ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ハムカツ	油			670	22.4
	アスパラガスのソテー	豚肉	ウインナー	油	人参 アスパラガス コーン			
	ごはん			ごはん				
28金	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	マーボーなす	豚肉 鶏肉 大豆 ごま	豚肉 大豆 豆腐 みそ	油 砂糖 でんぱん ごま油	生姜 干し椎茸 人参 なす たけのこ ねぎ			
	コーンシュウマイ (2こ)	小麦 大豆 豚肉	コーンシュウマイ				771	30.9
29土	れいどうみかん				みかん			
	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				604	24.0
30日	かきたまじる	卵 大豆	豆腐 卵	でんぱん	えのきたけ ねぎ 人参			
	さばのカレーりやき	さば 小麦	さばのカレー照り焼き				771	29.6
	こんにゃくソテー	豚肉 ごま	豚肉	油 砂糖 ごま ごま油	生姜 人参 きくらげ メンマ しらたき			
1日	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	シニガンスープ	豚肉 鶏肉	豚肉	油 じゃがいも	にんにく 玉ねぎ 人参 トマト チンゲンサイ レモン			
2日	★ルンピア	小麦 豚肉	ルンピア	油				
	えびとコーンのソテー	えび 鶏肉 豚肉	えび ベーコン	油	人参 キャベツ コーン			
	【ソフトめん】	小麦		ソフトめん				
3日	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	きつねうどんじる	鶏肉 大豆	鶏肉 油揚げ	砂糖	しめじ 人参 ほうれん草 ねぎ			
	★さつまいもてんぷら	小麦		さつまいもてんぷら 油			772	30.3
4日	こまつなとツナのびたし		ツナ	砂糖 油	人参 もやし 小松菜			
	しょくパン	小麦 乳 大豆		食パン				
	ごまパテ	ごま		ごまパテ			602	21.7
5日	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	ジュリエンスープ	豚肉 鶏肉	ベーコン		人参 玉ねぎ 大根 キャベツ パセリ			
	やきフランク	豚肉	ウインナー				775	27.8
6日	さくらんぼポンチ	もも		さくらんぼゼリー	パイナップル みかん もも			
	ごはん			ごはん				
	【ジョア ストロベリー】	乳	ジョア				640	18.3
7日	ハヤシシチュー	小麦 大豆 豚肉 りんご 鶏肉	豚肉	油 じゃがいも カレールウ ハヤシルウ	にんにく 人参 玉ねぎ マッシュルーム グリンピース			
	かぼちゃコロッケ	小麦 大豆		かぼちゃコロッケ 油			808	22.4
	ズッキーニのソテー	豚肉	ベーコン	油	人参 ズッキーニ しめじ コーン			
						607	23.3	
						768	28.8	

※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。
 ※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかん”で食べる日にしましょう！
 ※ の日は、先割れスプーンがつかえます。
 ※ の日は、おわんが2こつかえます。
 ※ 【】のものは、学校配送品です。
 ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がありましたら学校給食センターまでお問い合わせください。

羽生市学校給食センター 048-565-3010

食材の産地は、羽生市のホームページに記載しています。



食物アレルギー対象品目について

アレルギーは、食品に含まれているものを記載しています。右記の表に記載している調味料等のアレルギーは記載していませんのでご了承ください。

原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
鶏卵	卵殻カルシウム
牛乳	乳糖・乳糖焼成カルシウム
小麦	しょうゆ・酢・みそ
大豆	大豆油・しょうゆ・みそ
ゴマ	ゴマ油
魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう
肉類	エキス

「学校給食における食物アレルギー対応指針」(文部科学省 平成27年3月作成) を元で作成

月間平均栄養価

607	23.3
768	28.8

今月の特別献立は
 ●5日(水) カミカミ献立
 ●6日(木) カルシウム献立
 ●14日(金) 鳥取県郷土料理
 ●19日(水) 埼玉県地産献立
 ●25日(火) 姉妹都市フィリピン献立

給食センターでは、給食の写真を毎日更新中です★
 羽生市HP

