

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(A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

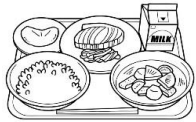
日付 (曜日)	献立		血・肉・骨となるもの(あか)		体の調子を整えるもの(みどり)		熱や力となるもの(きいろ)		熱量 (Kcal) たんぱく質(g)	
	主食	飲物	1群	2群	3群	4群	5群	6群		
1日 (水)	コッペパン	牛乳	フランクフルトマッシュルームソースがけ	フランクフルト		マッシュルーム	コッペパン、さとう		573	
			こんにやくサラダ(イタリアンドレッシング)			にんじん、ブロッコリー	こんにやく	ドレッシング		23.2
			コンソメスープ	ベーコン		にんじん	キャベツ、たまねぎ	じゃがいも、あぶら		
2日 (木)	ごはん	牛乳	しるみざかなのチリソース	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、でんぷん	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	でんぷん		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
3日 (金)	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
6日 (月)	むぎごはん ぎょうじょく(おしほおほう) 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
7日 (火)	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		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
8日 (水)	じごなうどん きょうりょうり(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、でんぷん	あぶら	641	
			こまつなもやしのおひたし			こまつな、にんじん	もやし			
			なすなんばんうどん	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
9日 (木)	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、でんぷん		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		
			ぐたくさんじる	なまあげ		にんじん	だいこん、こんにやく、ほししいたけ、ながねぎ			30.8
			なっとう	なっとう						
10日 (金)	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、でんぷん	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		
			かぼちゃのみそしる	あぶらあげ、みそ		かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも		27.8
13日 (月)	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、でんぷん	あぶら	667	
			じゃがいものそぼろに	ぶたにく		にんじん、さやしいげん	こんにやく	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			27.6
14日 (火)	こどもパン	牛乳	キャベツイリメンチカツ(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		さやしいげん、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
15日 (水)	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		
			かつらタンメン	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、でんぷん	あぶら、ラー油、ごまあぶら	
			ヨーグルト		ヨーグルト				27.0	
16日 (木)	ごはん	牛乳	ぶたのからあげねぎしおソースがけ	ぶたにく	牛乳	ながねぎ、しょうが、レモン	ごはん、さとう、でんぷん	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			27.5
17日 (金)	ごはん	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
20日 (月)	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、でんぷん、パンこ	あぶら	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		
			やさいたつ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、でんぷん		あぶら、ごまあぶら
21日 (火)	ツイストパン おはなし きゅうりしょうゆ さいせな スプーン おぼさん	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	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

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)	じごなうどん	牛乳	かぼちゃのてんぷら (たまごふくむ) もやしのあえもの (ぐたくさんたまねぎドレッシング) ごもくうどん	ぶたにく、 さつまあげ、 あぶらあげ	牛乳	かぼちゃ こまつな、にんじん にんじん	もやし ほしいたけ、たまねぎ、 ながねぎ	じごなうどん、 てんぷらこ、こむぎこ でんぶん	あぶら ドレッシング	639 24.6
23日 (木)	ごはん	牛乳	あじのごまふうみフライ ぶたにくとズッキーニのいため もの こまつなのみそしる	あじ ぶたにく あぶらあげ、 とうふ、みそ	牛乳	にんじん こまつな	しょうが ズッキーニ、もやし、しょうが だいこん、ながねぎ	ごはん、こむぎこ、 でんぶん、パンこ	あぶら、ごま あぶら	608 27.7
24日 (金)	ごはん	牛乳	ミートボールケチャップソース かけ こうやどうふのいために たまねぎのみそしる	ぶたにく とりにく、 こうやどうふ、 さつまあげ なまあげ、みそ	牛乳	にんじん チンゲンサイ、 にんじん	たまねぎ、しょうが しょうが、えだまめ、キャベツ たまねぎ	ごはん、さとう、 パンこ、でんぶん	あぶら	575 26.5
27日 (月)	ごはん	牛乳	ビビンバ(にく) ナムル(やさい) (ナムルドレッシング) ビーフンスープ	ぶたにく とりにく、 なると	牛乳	にんじん にんじん	ぜんまい キャベツ、もやし だいこん、たまねぎ、 たけのこ	ごはん、さとう あぶら、 ごまあぶら、ごま	あぶら、 ごまあぶら	560 27.9
28日 (火)	くろパン	牛乳	とりにくのコーンフレークやき ブロッコリーサラダ (コールスロウドレッシング) ミネストローネ	とりにく フランクフルト、 ひよこめ	牛乳	にんじん にんじん、トマト	とうもろこし、こんにゃく キャベツ、たまねぎ	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 ドレッシング	666 28.4
29日 (水)	ちゅうかめん	牛乳	やさいたっぷりはるまき キャベツとあつあげのちゅうか いため とんこつラーメン	ぶたにく とりにく、 なまあげ ぶたにく、なると、 みそ	牛乳、ひじき	にんじん にんじん	キャベツ、たまねぎ、 ながねぎ、しょうが しょうが、キャベツ	ちゅうかめん、 はるさめ、こむぎこ	あぶら あぶら、 ごまあぶら	670 27.8
30日 (木)	ごはん	牛乳	チキンナゲット だいこんサラダ (パンパンジードレッシング) コーンカレー	とりにく ぶたにく	牛乳	にんじん にんじん、トマト	にんにく もやし、だいこん、えだまめ たまねぎ、とうもろこし、 にんにく	ごはん、 パンこ、こむぎこ	あぶら ドレッシング	674 21.7
								6月平均栄養摂取量	熱量(kcal) たんぱく質(g)	636 26.4

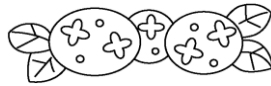
※食材調達等の事情により、内容を変更する場合があります。

※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ないためにも、食事前に石けんで必ず手を洗う習慣が大切です。



6月のおはなし給食

「小さなスプーンおばさん」 作 アルフ・ブリュイセン

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。

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) ゴーヤチャンブルー
もすくスープ シークワーサーゼリー



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