



6月 学校給食献立予定表

深谷市立深谷小学校

日	献立名	牛乳	赤の仲間・ 血や肉になる	緑の仲間・ 体の調子を整える	黄の仲間・ 熱や力の元になる	エネルギー たんぱく質
1 火	フラワーロールパン				フラワーロール	644 kcal
	やきウィンナー	MILK	むえんせきウィンナー			24.3 g
	はなやさいのサラダ			ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ		
	トマトクリーム・ジェノパ ふうパスタ		ベーコン、とりにく、なまクリーム	とうがらし にんにく、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、あかピーマン、きピーマン、トマトかん パジル	オリーブオイル、ディチエコスパゲツティ、こめあぶら	
2 水	ごはん				こめ	634 kcal
	シュウマイ	MILK	しゅうまい			22.2 g
	ちゅうかきゅうり			きゅうり	ごまあぶら、さとう	
	なまあげのチャオサイ		なまあげ ぶたにく みそ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうが	こめあぶら、さとう	
3 木	ごはん				こめ	636 kcal
	メンチカツ	MILK	レバー入りメンチカツ		こめあぶら	23.9 g
	かみかみきんぴら		とりにく、ちくわ	ごぼう、にんじん、きりぼしだいこん こんにゃく	こめあぶら、さとう	
	じゃがいもとわかめのみそ汁		あぶらあげ、なまわかめ、みそ	ねぎ、こまつな	じゃがいも	
4 金	ごもくうどん		とりにく、なると、あぶらあげ	にんじん、ほししいたけ、ねぎ、こまつな	じごなうどん	652 kcal
	かきあげ	MILK	ちりめんじゃこ、だいず、たまご	たまねぎ、にんじん	じゃがいも、こむぎこ、こめあぶら	24.4 g
	さんしょくサラダ			キャベツ、とうもろこし、ブロッコリー		
	ヨーグルト		ヨーグルト			
7 月	ごはん				こめ	598 kcal
	さけのめんたいマネズ 焼き	MILK	しろさけ、からしめんたいこ		ノンエッグマヨネーズ	29.5 g
	だいずのいそに		とりにく、だいず、さつまあげ	にんじん、さやいんげん こんにゃく	こめあぶら、さとう	
	みそしる		なまあげ、なまわかめ、みそ	たまねぎ	じゃがいも	
8 火	こくとうきなこあげパン		きなこ		コッペパン、こめあぶら、くるごとう、グラニューとう	625 kcal
	おんやさい	MILK		にんじん、きゅうり、キャベツ、ブロッコリー		20.1 g
	ミネストローネ		ベーコン、だいず	にんにく、セロリ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、トマトかん、パセリ	こめあぶら、マカロニ	
	さんしょくそばごはん		とりひきにく、たまご	しょうが、グリーンピース	こめ、さとう、こめあぶら	618 kcal
10 木	たくあんサラダ	MILK		きざみたくあん、キャベツ、きゅうり、とうもろこし		24.7 g
	やさいわん		なまあげ、みそ	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな	こめあぶら、じゃがいも	
	ごまみそラーメン		ぶたひきにく、みそ	にんじん、しょうが、にんにく、たまねぎ、りよくとうもやし、きくらげ、とうもろこし、ねぎ、にら	ちゅうかめん、こめあぶら、ごま、ごまあぶら	690 kcal
	えだまめチーズパンケーキ スティック野菜	MILK	とろけるチーズ、ちょうりよう牛乳、たまご	えだまめ	ホットケーキミックス	26.5 g
14 月	ごはん				こめ	646 kcal
	あつやきたまご	MILK	たまご			24.2 g
	にくじゃがのトマトに チーズサラダ		ぶたにく	にんにく、たまねぎ、にんじん、トマトかん、えだまめ	オリーブオイル、じゃがいも、さとう	
	ツイストパン		チーズ	キャベツ、きゅうり、ブロッコリー		
15 火	にぼうとう	MILK	とりにく、あぶらあげ	にんじん、だいこん、ぶなしめじ、ねぎ、こまつな	ツイストパン	615 kcal
	とりにくのからあげ		とりにく	しょうが	こめあぶら、ひもかわ	30.3 g
	キャベツときゅうりのドレッシング			キャベツ、きゅうり	かたくりこ、こめあぶら	
	ごはん				こめ	637 kcal
16 水	さばのおやき	MILK	まさば			26.8 g
	きりぼしだいこんのいりに		おいしいあさり、ちくわ、あぶらあげ	にんじん、きりぼしだいこん	こめあぶら、さとう	
	スタミナスープ		ぶたにく、とうふ、みそ、ちょうりよう牛乳	にんにく、にんじん、たまねぎ、だいこん、ねぎ	こめあぶら、じゃがいも	
	チキンカレーライス		とりにく、ちょうりよう牛乳、とろけるチーズ	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん	こめ、こめあぶら、じゃがいも	658 kcal
17 木	だいずのかりかりあげ	MILK	だいず、あおのり		かたくり粉、こめあぶら、さとう	21.7 g
	てづくりふくじんづけ			きゅうり、だいこん、れんこん、しょうが	さとう	
	にくうどん		ぶたにく、なると、あぶらあげ	しょうが、にんじん、たまねぎ、ねぎ、こまつな	じごなうどん	615 kcal
	おこのみやき	MILK	たらすりみ、おいしいあさり、たまご、ちりめんじゃこ、あおのり、かつおぶし	キャベツ、ねぎ	こむぎこ	24.9 g
21 月	グリーンサラダ			キャベツ、きゅうり、ブロッコリー		
	かつどん	MILK	とりにく		こめ、こむぎこ、ばんこ こめあぶら、さとう	640 kcal
	キャベツのおかかあえ			キャベツ、りよくとうもやし		29.4 g
	もずくスープ		かまぼこ、もずく	にんじん、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、しょうが		
22 火	コロッケサンド				こどもパンスライス、こめあぶら コロッケ	704 kcal
	ゆでキャベツ	MILK		キャベツ		20.1 g
	クラムチャウダー		ベーコン、おいしいあさり、ちょうりよう牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ	こめあぶら、じゃがいも	
	れいとうみかん			みかん		
23 水	わかめごはん		わかめ		こめ	603 kcal
	とりにくとレバーのオレンジソース	MILK	とりにく ぶたレバー	ピーマン、あかピーマン、みかんかじゅう	かたくりこ、こめあぶら、さとう	27.1 g
	きゅうりのピリッづけ			きゅうり、とうがらし		
	さわにわん		ぶたにく なまあげ	ごぼう、にんじん、たけのこ、なまししいたけ いとみつば	こめあぶら、かたくりこ	
24 木	ごはん				こめ	594 kcal
	かんこくふうとりにてりやき	MILK	とりにく	ねぎ、にんにく、しょうが	さとう、ごま、ごまあぶら	29.6 g
	ピーマンいりやさいいため		ぶたにく	しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ほししいたけ、にら	こめあぶら、ピーマン、ごまあぶら	
	コーンいりかふうスープ		ベーコン、たまご	にんじん、たまねぎ、きくらげ、とうもろこし、こまつな	こめあぶら、かたくりこ	
25 金	サンマーメン		ぶたにく、なると	にんじん、しょうが、たけのこ、りよくとうもやし、ねぎ、キャベツ	ちゅうかめん、こめあぶら、かたくり粉、ごまあぶら	610 kcal
	のりしおポテト	MILK	だいず、あおのり		じゃがいも、こめあぶら	23.8 g
	こまつなとジャコのいりに		ちりめんじゃこ	こまつな、にんじん、とうもろこし	こめあぶら	
	ごはん				こめ	663 kcal
28 月	おろしハンバーグ	MILK	ハンバーグ	だいこん	さとう	25.4 g
	ポテトのさっぱりサラダ		さいころチーズ	ブロッコリー、きゅうり、とうもろこし	じゃがいも	
	なつふうスープ		ベーコン、たまご	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、きくらげ オクラ、トマト	こめあぶら、かたくり粉	
	くろパン				くろパン	620 kcal
29 火	チキンのフレークやき	MILK	とりにく チーズ		パンこ、コーンフレーク	31.9 g
	はなやさいのサラダ			ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ		
	とうふとやさいのコンソメスープ		ベーコン、おいしいあさり、とうふ	にんじん、たまねぎ、とうもろこし、キャベツ、こまつな	こめあぶら、じゃがいも	
	ハヤシライス		ぶたにく、とろけるチーズ、ちょうりよう牛乳	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが	こめ、じゃがいも、こめあぶら	663 kcal
30 水	オムレツ	MILK	たまご			21.7 g
	さんしょくサラダ			キャベツ、とうもろこし、ブロッコリー		

※ 材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。栄養価は小学校中学年の数値です。
給食回数・・・21回