



学校給食予定献立表

令和7年6月 小・中学校

6月は「食育月間」「彩の国ふるさと学校給食月間」です。

鶴ヶ島市学校給食センター

日	曜	献立名			主な食品名			栄養価(小学校)		栄養価(中学校)					
		主食	飲料	おかず	赤のたべもの (体を作るもの)	黄色のたべもの (熱や力のもとになるもの)	緑のたべもの (体の調子をととのえるもの)	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)				
2	月	ごはん	牛乳	マーボ豆腐 (小) シューマイ (中) 揚げぎょうざ もやしのみそ汁	牛乳 豚肉 豆腐 みそ (小) シューマイ (中) ぎょうざ	ごはん 油 砂糖 でん粉	にんにく しょうが ★たまねぎ 乾しいたけ 根深ねぎ たけのこ もやし ほうれんそう	652	29.1	831	32.2				
3	火	ツイストパン	牛乳	ミネストローネ (小) メンチカツ (中) 鶏肉のオニオンマスタードソースかけ フルーツボンチ	牛乳 豚肉 大豆 (小) メンチカツ (中) 鶏肉	パン 油 マカロニ レモンゼリー みかんゼリー (中) でん粉	セロリー ★にんじん ★たまねぎ ★トマト キャベツ もも缶詰 りんご缶詰 西洋なし缶詰 ナタデココ	654	23.4	792	32.6				
4	水	地粉うどん	牛乳	おろしうどん (小) 竹輪の鶴茶揚げ (中) 信田煮 小松菜とツナのサラダ	牛乳 豚肉 油揚げ 昆布 まぐろ油漬 (小) 焼き竹輪 (中) 根菜肉詰め信田	地粉うどん 砂糖 (小) 小麦粉 (小) 油	★にんじん 乾しいたけ 根深ねぎ だいこん もやし こまつな (小) ★せん茶	575	26.8	748	33.9				
5	木	発芽玄米ごはん	牛乳	かみなり汁 (小) かみかみハンバーグ (中) タコメンチカツ 千草おひたし	牛乳 豆腐 みそ 油揚げ (小) かみかみハンバーグ (中) タコメンチカツ	ごはん 発芽玄米 油 砂糖 (小) でん粉	こんにゃく なす だいこん ★にんじん 根深ねぎ こまつな	645	26.1	779	29.8				
6	金	ごはん	牛乳	トック入りスープ 変わりピビンパの具	牛乳 豚肉	ごはん 油 トック 砂糖 ごま	★にんじん 根深ねぎ はくさい にんにく しょうが たけのこ はくさいキムチ もやし ほうれんそう	616	24.6	757	29.8				
9	月	わかめごはん	牛乳	大根とえのきのみそ汁 (小) 若鶏の唐揚げ (中) 照焼きハンバーグ おおかか和え	牛乳 わかめ みそ かつお節 (小) 鶏肉 豆腐 (中) ハンバーグ	ごはん (中) 砂糖 でん粉	だいこん えのきたけ ★たまねぎ 根深ねぎ こまつな ★にんじん もやし キャベツ ★きゅうり (小) しょうが	628	25.3	769	32.0				
10	火	子どもパンスライス	牛乳	野菜とウインナーのスープ煮 (小) チキンソテー (中) 野菜コロッケ ブロッコリーのサラダ	牛乳 ベーコン (小) 鶏肉 ウインナーソーセージ	パン ★じゃがいも マカロニ 油 (小) でん粉 砂糖 (中) 野菜コロッケ	★にんじん ★たまねぎ キャベツ ブロッコリー (小) にんにく とうもろこし セロリー	610	24.9	827	25.7				
11	水	ごはん	牛乳	けんちん汁 (小) いわしの梅煮 (中) いわしのかば焼き ほうれん草のごま和え	牛乳 豚肉 豆腐 (小) いわしの梅煮 (中) いわし	ごはん 油 ★じゃがいも ごま 砂糖 あじさいゼリー	★にんじん ごぼう だいこん こんにゃく 根深ねぎ ほうれんそう もやし (中) しょうが	654	26.5	795	32.6				
12	木	ピタパン	牛乳	鶏団子のスープ 焼きそば 冷凍パインアップル	牛乳 鶏団子 豚肉	パン はるさめ でん粉 中華めん 油	★にんじん ★たまねぎ もやし 乾しいたけ ほうれんそう しょうが キャベツ パインアップル	559	22.7						
13	金	ごはん	牛乳	かき玉汁 すきやき煮 メロン	牛乳 鶏肉 豆腐 鶏卵 わかめ 豚肉 生揚げ	ごはん でん粉 油 砂糖	★にんじん ★たまねぎ 根深ねぎ こんにゃく メロン しょうが	590	27.5						
16	月	ごはん	牛乳	もやしと鶏肉のスープ (小) 揚げぎょうざ (中) シューマイ キムチチャーハンの具	牛乳 鶏肉 わかめ 豚肉 (小) ぎょうざ (中) シューマイ	ごはん 油	★にんじん だいこん もやし しょうが にんにく たけのこ とうもろこし はくさいキムチ 根深ねぎ	612	24.1	688	31.0				
17	火	はちみつパン	牛乳	初夏のクリームスープ (小) チキンナゲット (焼) (中) チキンナゲット キャベツとコーンのソテー	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 クリーム チキンナゲット	パン はちみつ ★じゃがいも バター 油 小麦粉	★たまねぎ グリンピース えだまめ ★にんじん とうもろこし キャベツ	660	24.1	878	29.5				
18	水	中華めん	牛乳	しょうゆラーメン (小) 鶴茶春巻 (中) 彩の国肉まん ほうれん草と白滝のナムル	牛乳 豚肉 鶏肉 なると わかめ	中華めん 油 でん粉 砂糖 ごま (小) 鶴茶春巻 (中) 彩の国肉まん	★にんじん キャベツ とうもろこし 根深ねぎ にんにく こんにゃく ほうれん草 (小) ★せん茶	606	26.0	799	35.5				
19	木	ごはん	牛乳	ヒカド (小) さばの文化干し (中) さばの竜田揚げ 浦上そば	牛乳 鶏肉 豚肉 さつま揚げ さば	ごはん 油 さつまいも ★じゃがいも 砂糖 でん粉	だいこん ★にんじん 乾しいたけ ごぼう もやし こんにゃく	667	31.4	864	37.0				
20	金	麦ごはん	牛乳	米粉ポークカレー フレンチサラダ	牛乳 豚肉 ハム	ごはん 小麦 油 ★じゃがいも 砂糖 米粉	にんにく しょうが セロリー ★たまねぎ ★にんじん ★トマト りんご缶詰 キャベツ きゅうり ピーマン とうもろこし	658	24.5	800	29.8				
23	月	ごはん	牛乳	冬瓜のすまし汁 (小) あじの南蛮漬 (中) あじさんが焼き ポテトサラダ	牛乳 鶏肉 豆腐 かまぼこ (小) あじ (中) あじさんが焼き	ごはん ★じゃがいも 油 マヨネーズタイプドレッシング 砂糖 でん粉	とうがん ★にんじん 根深ねぎ とうもろこし えだまめ きゅうり	644	27.2	777	32.5				
24	火	コッペパンスライス	コーヒー ミルク	米粉コーンスープ (小) ウインナー (中) メンチカツ スラッピージョー	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 (小) ウインナーソーセージ (中) メンチカツ 豚肉	パン 油 ★じゃがいも 砂糖 米粉	★たまねぎ とうもろこし ★にんじん	716	31.9	909	38.9				
25	水	ゆでスパゲティ	牛乳	ミートソース 野菜サラダ 鶴茶ん	牛乳 豚肉	スパゲティ 油 小麦粉 鶴茶ん 砂糖	セロリー ★たまねぎ ★にんじん ★トマト もやし とうもろこし キャベツ きゅうり ★せん茶	702	29.7	846	36.1				
26	木	ごはん	牛乳	ワンタンスープ (小) てりやきチキン (中) 白身魚のチリソースかけ チンゲンサイの中華炒め	牛乳 豚肉 わかめ 油揚げ (小) 鶏肉 (中) 白身魚	ごはん 油 ワンタン 砂糖 でん粉	★にんじん もやし 根深ねぎ ほうれんそう しょうが チンゲンサイ (中) にんにく	601	26.2	719	31.5				
27	金	ごはん	牛乳	鶏肉とさつまいもの旨煮 (小) 秩父みそコロッケ (中) てりやきチキン 香味和え	牛乳 鶏肉 焼き竹輪	ごはん 油 さつまいも 砂糖 ごま (中) でん粉 (小) 秩父みそコロッケ	しょうが ★にんじん ★たまねぎ 乾しいたけ こんにゃく にんにく きゅうり もやし こまつな	711	25.9	821	36.7				
30	月	ごはん	牛乳	ハヤシライス (小) あじフリッター (焼) (中) おさかなナゲット パジル風味のサラダ	牛乳 豚肉 チーズ クリーム 鶏肉 (小) あじフリッター (中) おさかなナゲット	ごはん 油 ★じゃがいも 砂糖 小麦粉	にんにく ★たまねぎ ★にんじん ブロッコリー キャベツ きゅうり パジル	686	27.4	898	34.4				
小学校21回 中学校19回								献立は材料の関係で若干の変更または提供ができないことがあります。		平均栄養価		640	26.4	805	32.7

備考 主食(つけるものは除く)、飲料、◎は、学校配送になります。★印のついた食品は、その全て、または一部に鶴ヶ島産のものを使用する予定です。

◆学校給食費口座振替日のお知らせ◆
6月分は7月31日(木)です。

◆学校給食食材の放射性物質検査結果◆
4月30日から5月21日までに12検体の測定を行い、鶴ヶ島市が定める放射性セシウムの基準(給食食材40Bq/kg、牛乳10Bq/kg)を超える値は計測されませんでした。なお、検査結果の詳細は、市のホームページに掲載しています。

狭山茶 鶴ヶ島市茶業協会 優良茶製造工場

須藤園 大寶園 長峰園 宮本園 山和園

鶴ヶ島で生産した茶葉を「鶴茶ん」や「鶴茶すいとん」などに使用しています。

未公開物件多数! 最新の物件情報はここから▶

あなたの街の
株式会社 大成住宅

私たち大成住宅は
大成シティFC 坂戸
を応援しています!

お子様向けの
サッカー教室
開催中です。

〒350-2201 鶴ヶ島市富士見 2-11-8
0120-52-1777

広告募集中
(1枠 5,000円/月)

お問合せ 鶴ヶ島市学校給食センター
電話 049(285)6596