



学 校 給 食 予 定 献 立 表

令和 7 年 7 月 小・中学校

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)
1	火	ごはん	牛乳	豚肉と冬瓜のみそ汁 (小)たこナゲット(焼) (中)タコメンチカツ 五目ごはんの具	牛乳 豚肉 油揚げ みそ 鶏肉 (小)たこナゲット (中)タコメンチカツ	ごはん 油 砂糖	とうがん にんじん ★根深ねぎ 乾しいたけ たけのこ こんにゃく えだまめ	606	30.0	781	34.9
2	水	地粉うどん	牛乳	けんちんうどん (小)かぼちゃコロッケ (中)手作りいちごマフィン 小松菜のごま炒め	牛乳 油揚げ 豆腐	地粉うどん 油 さといも 砂糖 ごま (小)かぼちゃコロッケ (中)小麦粉 (中)米粉 (中)バター	ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ★根深ねぎ ★たまねぎ もやし こまつな (中)★いちご	632	23.1	805	28.8
3	木	ごはん	牛乳	ワントンスープ 焼肉 冷凍りんご	牛乳 豚肉 わかめ	ごはん ごま油 ワンタン 油 砂糖	にんじん もやし ★根深ねぎ ほうれんそう しょうが ★にんにく りんご たまねぎ ピーマン	595	24.5	738	32.2
4	金	こどもパンスライス	牛乳	ABCスープ (小)メンチカツ (中)ハンバーグケチャップソースかけ カラフルサラダ和え	牛乳 ベーコン 鶏肉 (小)メンチカツ (中)ハンバーグ	パン マカロニ 油 ★じゃがいも 砂糖	たまねぎ ★にんじん キャベツ パセリ とうもろこし ★きゅうり レモン (中)しょうが (中)★にんにく	594	21.2	811	31.2
7	月	ごはん	牛乳	七タ汁 (小)星型照焼きハンバーグ (中)星型カレーチキンカツ おかか和え 七タゼリー㊟	牛乳 豆腐 かまぼこ かつおぶし (小)星型ハンバーグ (中)星型カレーチキンカツ	ごはん そうめん 七タゼリー (小)砂糖 (小)でん粉 (中)油	★にんじん ほうれんそう もやし キャベツ	609	22.5	849	31.4
8	火	食パン	牛乳	ポトフスープ (小)朝採り蒸しとうもろこし ラタトゥイユ チョコクリーム	牛乳 ベーコン ウインナー 鶏肉	パン チョコクリーム オリーブ油 砂糖	にんじん たまねぎ キャベツ (小)★とうもろこし ★にんにく なす ズッキーニ 赤ピーマン ピーマン ★トマト	631	22.9	784	27.6
9	水	中華めん	牛乳	マーボラーメン (小)シューマイ (中)揚げぎょうざ 杏仁フルーツポンチ	牛乳 豚肉 豆腐 みそ (小)シューマイ (中)ぎょうざ	中華めん 油 砂糖 でん粉 ごま油 杏仁豆腐	★にんにく しょうが もやし ★にんじん 乾しいたけ ★根深ねぎ もも缶詰 りんご缶詰 西洋なし缶詰	602	27.4	893	33.1
10	木	ごはん	牛乳	もずくのみそ汁 (小)シイラフライ (中)シイラのガーリック焼き にんじんしりしり	牛乳 油揚げ もずく みそ まぐろ油漬け 鶏卵 (小)しいらフライ (中)しいらのガーリック漬け	ごはん 油 砂糖	だいこん えのきたけ たまねぎ ほうれんそう ★にんじん	643	28.4	775	39.4
11	金	ごはん	牛乳	夏野菜カレー (中)朝採り蒸しとうもろこし フレンチサラダ	牛乳 豚肉 チーズ	ごはん 油 砂糖	★にんにく しょうが かぼちゃ ★なす にんじん たまねぎ ★トマト ピーマン キャベツ ★きゅうり 赤ピーマン ★とうもろこし	613	20.6	819	28.3
14	月	ごはん	牛乳	豆腐の中華煮 (小)揚げぎょうざ (中)シューマイ ナムル	牛乳 豚肉 豆腐 (小)ぎょうざ (中)シューマイ	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま油	★にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ 乾しいたけ ★根深ねぎ もやし だいこん ほうれんそう	650	24.4	774	33.1
15	火	コッペパンスライス	セレクト飲料	米粉コーンスープ (小)ウインナーケチャップソースかけ (中)若鶏の唐揚げ 野菜サラダ	鶏肉 脱脂粉乳 牛乳 (小)ウインナー	パン 油 じゃがいも 砂糖 米粉 (中)でん粉	緑茶 りんごジュース みかんジュース たまねぎ とうもろこし にんじん もやし キャベツ ★きゅうり (中)しょうが (中)にんにく	537	18.0	758	26.5
16	水	ごはん	牛乳	豚汁 (小)アジの辛味焼き (中)アジフライ 水菜サラダ	牛乳 豚肉 豆腐 みそ (小)あじの辛味漬け (中)あじフライ	ごはん 油 さといも 砂糖 ごま	ごぼう にんじん こんにゃく ★根深ねぎ もやし 切干しだいこん みずな	606	28.9	828	33.9
小学校12回 中学校12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	610	24.3	801	31.7

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◆
7月分は9月1日(月)です。

◆学校給食食材の放射性物質検査結果◆
5月28日から6月18日までに測定を行った検体から、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。

学校給食を
試食してみませんか？

まちづくり市民講座から学校給食センター
の見学と試食を申込みできます。

市ホームページよりお申込みください。

(市HP まちづくり市民講座)

問合せ先 : 学校給食センター 285-6596

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！

〒350-2201 鶴ヶ島市富士見 2-11-8
0120-52-1777

 お子様向けの
サッカー教室
開催中です。



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