



学校給食予定献立表

令和6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	月	ごはん	牛乳	豆腐の中華煮 (小)揚げ餃子 (中)ポークシューマイ ナムル	牛乳 豚肉 豆腐 (小)餃子 (中)シューマイ	ごはん 油 砂糖 でん粉	にんじん ★たまねぎ ★にんにく しょうが 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 しらたき	672	27.3	802	36.5
2	火	子どもパン スライス	牛乳	米粉コーンスープ (小)メンチカツ (中)照焼きチキン フルーツポンチ	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 (小)メンチカツ (中)鶏肉	パン 油 ★じゃがいも (中)でん粉 米粉 みかんゼリー レモンゼリー 砂糖	★たまねぎ とうもろこし もも缶詰 りんご缶詰 西洋なし缶詰 ナタデココ	702	23.2	852	32.5
3	水	地粉うどん	牛乳	かみなりうどん バニラヨーグルト◎ (小)笹かまぼこの龍神焼き (中)笹かまぼこの龍神揚げ ポテトサラダ	牛乳 豚肉 豆腐 わかめ 油揚げ 笹かまぼこ ヨーグルト	地粉うどん 油 砂糖 ★じゃがいも (中)小麦粉 (中)コーンフレーク マヨネーズタイプドレッシング	にんじん ★根深ねぎ ★せん茶 とうもろこし えだまめ ★きゅうり ★平さやいんげん	607	26.9	875	35.5
4	木	ごはん	牛乳	とうがん入りみそ汁 (小)たこナゲット(焼) (中)若鶏の唐揚げ 五目ごはんの具	牛乳 豆腐 みそ (小)たこナゲット (中)鶏肉 豚肉 油揚げ	ごはん ★じゃがいも 砂糖 (中)でん粉 油	にんじん ほうれんそう とうがん ★根深ねぎ たけのこ 乾しいたけ こんにゃく えだまめ (中)しょうが	619	29.1	859	36.7
5	金	ごはん	牛乳	七タスープ のりふりかけ (小)星型コロッケ 七タクレープ◎ (中)星型ハンバーグのケチャップソースかけ キャベツとブロッコリーのサラダ	牛乳 鶏肉 かまぼこ (中)星型ハンバーグ のりふりかけ	ごはん 油 砂糖 (小)星型コロッケ クレープ	★たまねぎ にんじん もやし とうもろこし キャベツ ブロッコリー (中)しょうが (中)★にんにく	670	20.7	834	30.1
8	月	ごはん	牛乳	沢煮碗 (小)照焼きチキン (中)メンチカツ 梅おかか和え	牛乳 豚肉 豆腐 (小)鶏肉 かつお節 (中)メンチカツ	ごはん (小)砂糖 (小)でん粉 (中)油	にんじん ごぼう だいこん 乾しいたけ ★根深ねぎ ★きゅうり もやし キャベツ うめ	582	26.7	756	29.3
9	火	クロワッサン	牛乳	ポトフ 豆乳パンナコッタ◎ (小)白身魚のベニエ (中)白身魚のボワレレモン風味 ラタトゥイユ	牛乳 ベーコン 豚肉 (小)白身魚のベニエ (中)白身魚の香味レモン漬け 鶏肉	パン ★じゃがいも 油 パンナコッタ	にんじん ★たまねぎ キャベツ ★にんにく ブッキーニ ★なす ★ピーマン ★トマト 赤ピーマン	588	22.2	762	34.7
10	水	中華めん	牛乳	マーボラーメン (小)鶴茶春巻 (中)彩の国肉まん 切干大根のはりはり漬け	牛乳 豚肉 豆腐 みそ	中華めん 油 砂糖 でん粉 (小)鶴茶春巻 ごま (中)彩の国肉まん	★にんにく しょうが にんじん 乾しいたけ にはら ★根深ねぎ (小)★せん茶 切干だいこん もやし ★きゅうり	618	24.3	814	33.5
11	木	ごはん	牛乳	トック入りスープ 豚肉キムチ炒め 冷凍みかん	牛乳 鶏肉 豚肉	ごはん 油 トック ごま	にんじん ★根深ねぎ キャベツ ★たまねぎ だいこん 白菜キムチ みかん	628	24.9	764	30.4
12	金	ごはん	牛乳	夏野菜カレー (小)チキンナゲット(焼) (中)チキンナゲット 福神漬け和え	牛乳 豚肉 チーズ チキンナゲット	ごはん 油 小麦粉	★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 こまつな だいこん	710	25.0	949	32.1
16	火	子どもパン スライス	セレクト 飲料	ラビオリスープ (小)ハンバーグのケチャップソースかけ (中)野菜コロッケ カラフルサラダ	いちごミルク (小)ハンバーグ	パン ラビオリ 砂糖 (中)野菜コロッケ 油	緑茶 りんごジュース ★たまねぎ ★根深ねぎ もやし にんじん (小)★にんにく (小)しょうが ブロッコリー ★とうもろこし ★きゅうり レモン	611	21.0	728	20.1
17	水	ごはん	牛乳	肉じゃが (小)あじの南蛮漬け (中)あじの辛味焼き ほうれん草のごま和え	牛乳 豚肉 凍り豆腐 あじ	ごはん 油 ★じゃがいも ごま 砂糖	★たまねぎ にんじん しらたき 乾しいたけ えだまめ ほうれんそう もやし (小)★根深ねぎ	680	30.6	753	38.3
18	木	ごはん	牛乳	みそワンドンスープ 変わりピビンパの具	牛乳 豚肉 わかめ みそ	ごはん 油 ワンタン 砂糖 ごま	にんじん もやし ★根深ねぎ こまつな ★にんにく しょうが たけのこ ほうれんそう	577	24.2	701	29.4
		小学校13回 中学校13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	636	25.1	804	32.2

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2日(月)です。

◆学校給食食材の放射性物質検査結果◆
5月22日から6月19日までに10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。

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

自由設計で叶える、世界でひとつだけのマイホーム
BREEZE GARDEN
私たち大成住宅は、
大成シティFC坂戸
を応援しています。
大成シティフットボールチームによるサッカー教室開催中です
※お気軽にお問い合わせください
お子様向けの
株式会社大成住宅 鶴ヶ島市富士見2-11-8
0120-52-1777

私たちは、鶴ヶ島の学校給食を調理しています
パート・正社員 募集
一緒に安心、安全、美味しい給食を届けませんか
(パート:勤務時間 13:15~16:30)
勤務地 鶴ヶ島市学校給食センター(大字太田ヶ谷)
運営部門 日本国民食株式会社(担当 白鳥)まで
電話受付 070-1252-8340
まずはお気軽にお電話、お問い合わせください。
日本国民食株式会社 ホームページ
http://n-kokuminshoku.com

※上記広告及びその内容については、市、教育委員会若しくは学校が推奨・保証するものではありません。

再生紙使用:あなたは地球のために何かしていますか?