



令和 7 年 6 月 学校給食献立表 (小学校)



東松山市教育委員会

に ち 日	よう 曜	献立名 (こんだてめい)	8大アレルギー物質	食 品 名			栄 養 量	
		主食 (しゅしょく) 飲み物 (のみもの) おかず	卵、乳、小麦 えび、かに、そば 落花生、くるみ	エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー (kcal) キロカロリー	たんぱく質 (g) グラム
2	月	ごはん ぎゅうにゅう たらのにんにくバターしょうゆ ひじきのごもくに キャベツのみそしる	乳 乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら きびぎとう バター あぶら きびぎとう じゃがいも	ぎゅうにゅう たらでんぶんつき ぶたにく あぶらあげ さつまあげ だいず ひじき とうふ みそ	にんにく レモン こんにやく にんじん えだまめ にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ	585	23.9
3	火	東松山やきとりごはん(ごはん) ぎゅうにゅう いもちだんごじる	コムギ 乳 コムギ	ごはん ごまあぶら きびぎとう ごま あぶら いもち	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう とりになくと	にんにく しょうが ねぎ キャベツ りんご にんじん だいこん ごぼう こんにやく こまつな	592	23.6
4	水	かみかみおがさちんぽん(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう しゅうまい コーンサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 (小麦) 乳 小麦	ホットちゅうかめん あぶら ごまあぶら かんきつドレッシング	ぶたにく なると かまぼこ いか ぎゅうにゅう しゅうまい	にんにく しょうが たまねぎ にんじん もやし キャベツ ねぎ キャベツ きゅうり コーン にんじん	613	27.3
5	木	ごはん とりごぼうピラフのぐ ぎゅうにゅう かみかみおがさちんぽん ABCマカロニスー	卵 乳 コムギ 乳 卵 小麦 小麦	ごはん バター あぶら あぶら じゃがいも アルファベットマカロニ	ベーコン とりになく たまごそぼろ ぎゅうにゅう いかリングフライ ウインナー	にんにく たまねぎ ごぼう にんじん コーン えだまめ にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ	585	22.8
6	金	フラワーロールパン あげそば ぎゅうにゅう かみかみおがさちんぽん(ドレッシング) レモンカスターダルト	小麦 小麦 乳 (コムギ) 卵 乳 小麦	フラワーロールパン おしちゅうかめん あぶら ごま かんこくナムルドレッシング レモンカスターダルト	ぶたにく ぶたレバー あおのり ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん たまねぎ もやし キャベツ もやし にんじん きゅうり	673	21.4
9	月	ごはん ぎゅうにゅう かみかみおがさちんぽん(ドレッシング) マーボーなすどうふ	乳 小麦 えび コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	ぎゅうにゅう こえびのからあげ とうふ ぶたにく みそ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ねぎ なす じゃがいも	616	25.4
10	火	ごはん ぎゅうにゅう チキンマスタートやき かみかみおがさちんぽん(ドレッシング) こうやどうふのみそしる	乳 コムギ	ごはん ごまあぶら きびぎとう ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう チキンマスタートやき ぶたにく あぶらあげ こおろどうふ わかめ みそ	れんこん にんじん こんにやく たまねぎ ねぎ	586	23.9
11	水	カレーなんばん(じごなうどん) ぎゅうにゅう こいわしフライ メロン	小麦 (小麦) 乳 小麦	じごなうどん あぶら でんぶん きびぎとう あぶら	とりになく あぶらあげ なると ぎゅうにゅう こいわしフライ	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな メロン	633	24.4
12	木	ごはん ぎゅうにゅう ユーリンチー じゃがいものそぼろに	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら ごまあぶら きびぎとう あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう とりになくのからあげ ぶたにく	にんにく しょうが ねぎ たまねぎ にんじん えだまめ	604	22.5
13	金	ライスボールパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ アスパラガスのサラダ(ドレッシング)	小麦 乳	ライスボールパン あぶら じゃがいも きびぎとう コーンドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン ウインナー だいず	にんにく たまねぎ にんじん トマト パセリ アスパラガス キャベツ きゅうり コーン にんじん	594	24.5
16	月	あぶらみそどん(ごはん) ぎゅうにゅう なつやさいスープ みずまんじゅう	コムギ 乳 コムギ	ごはん あぶら さとう オリーブオイル じゃがいも みずまんじゅう	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう ベーコン	しょうが ねぎ たまねぎ にんじん なす じゃがいも にんにく たまねぎ にんじん キャベツ コーン あかピーマン ズッキーニ えだまめ	629	24.0
17	火	カレーライス(もちおぎごはん) ぎゅうにゅう カラフルサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 乳 (コムギ)	もちおぎごはん あぶら じゃがいも きびぎとう たまねぎドレッシング	ぶたにく ぶたレバー ぎゅうにゅう スキムミルク シュレッドチーズ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ にんじん きゅうり コーン あかピーマン	640	20.1
18	水	ジャージャーメン(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう はるまき れんこんサラダ(ドレッシング)	コムギ (小麦) 乳 小麦 (小麦)	ホットちゅうかめん きびぎとう ごま でんぶん ごまあぶら あぶら ちゅうかドレッシング	ぶたにく とりになく みそ ぎゅうにゅう はるまき	しょうが にんにく たけのこ にんじん ねぎ にら キャベツ きゅうり にんじん れんこん	735	25.7
19	木	ひろしまなめし ぎゅうにゅう がんす くれのにくじゃが ひろしまこじる	乳 小麦 コムギ	ひろしまなめし あぶら あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう がんす ぶたにく あぶらあげ みそ ちりめんじゃこ	たまねぎ しらす にんじん だいこん たまねぎ えのきたけ キャベツ ねぎ	650	23.1
20	金	フィッシュバーガー(こどもパン) 「たら」ポーションフライ サンドようサラダ(ドレッシング) ぎゅうにゅう コーンスープ	(小麦) 小麦 乳 乳 小麦	こどもパン あぶら サウザンアイランドドレッシング バター じゃがいも	たらポーションフライ ぎゅうにゅう ベーコン スキムミルク ぎゅうにゅう なまクリーム	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん コーン パセリ	588	24.8
23	月	ごはん ぎゅうにゅう とびうおのたつたあげ とうふのちゅうかに	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	ぎゅうにゅう とびうおのたつたあげ とうふ ぶたにく なると	にんにく しょうが たまねぎ にんじん こまつな	593	25.1
24	火	ごはん ぎゅうにゅう チンジャオロースー ごもくスープ	乳 コムギ 卵 コムギ	ごはん あぶら きびぎとう でんぶん ごまあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりになく とうふ なると うずらのたまご	しょうが たけのこ にんじん じゃがいも にんじん しょうが たまねぎ ほうししいたけ ねぎ チンゲンサイ	591	26.0
25	水	なすのかけじゅうどん(じごなうどん) ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ れいとうみかん	コムギ (小麦) 乳 小麦	じごなうどん ごまあぶら ごま こむぎご あぶら	ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう ちくわ あおのり	にんじん だいこん ほうししいたけ なす ねぎ こまつな みかん	650	25.0
26	木	すめし こぎつねずしのぐ ぎゅうにゅう ねぎしおまんじゅう じゃがいものみそしる	卵 コムギ 乳 小麦	すめし さとう じゃがいも	ぶたにく たまごそぼろ あぶらあげ ぎゅうにゅう ねぎしおまんじゅう とうふ わかめ みそ	にんじん れんこん えだまめ たまねぎ にんじん ねぎ	612	21.2
27	金	ナン ドライキーマカレー ぎゅうにゅう ジュリエンスープ	小麦 乳 小麦 乳 コムギ	ナン あぶら じゃがいも パンこ	ぶたにく ぶたレバー だいず シュレッドチーズ ぎゅうにゅう ベーコン	にんにく しょうが たまねぎ にんじん コーン えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ パセリ	596	30.2
30	月	なごしごはん 「ごはん」 やさいかきあげ ぎゅうにゅう こまつなのびたし(かつおぶし) さわにわん	小麦 乳 コムギ コムギ	ごはん やさいかきあげ あぶら きびぎとう あぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ かつおぶし ぶたにく かまぼこ	だいこん こまつな キャベツ にんじん ごぼう にんじん だいこん たけのこ ほうししいたけ ねぎ	638	16.6
計 21 回			コムギは 醤油由来 です。	※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります ※給食で使用する魚は骨取りではありません			平均栄養量	619 23.9

※ アレルギー表記については、食材納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき8大アレルギーのみ表記したものです。
※ コンタミネーションに関する表記はしていません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。
※ 中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合もあります。交差のないよう注意して調理しておりますが
同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
※ 主食工場では、次の食材を含む製品を製造しています。
・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。
・製麺工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。
・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。
※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。
※ 家庭でも注意していただき、ご不明な点等がありましたら遠慮なく学校給食センター(0493-22-0741)までお問い合わせください。

～6月の行事食～

4日～10日 歯と口の健康週間

★本日はかみかみ献立です。

11日 入梅献立

19日 ひろしまけんきょうどり料理
広島県郷土料理

30日 なごし 夏越の祓献立

