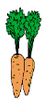
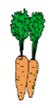
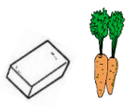
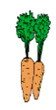
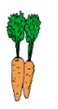
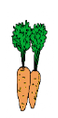
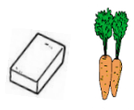
令和7年 6月分 献立予定表 （中学校）

熊谷市立熊谷学校給食センター（くまがやしりつくまがやがっこうきゅうしょく）

日	曜日	主食 牛乳	料理名	地場産物使用予定食材イラスト	注意骨に	はしの日	主な材料名 血や肉をつくるもの（あか）	熱や力になるもの（きいろ）	体の調子をととのえるもの（みどり）	栄養量 エネルギー(kcal)	たん白質(グラム)
2	月	地粉うどん 牛乳	山菜なめこうどん汁　ヘルシーサラダ 肉まん　中華ドレッシング（クラス）				牛乳 鶏肉　油揚げ 豚肉	地粉うどん 小麦粉　砂糖　パン粉 ドレッシング	わらび　水菜　えのきたけ　うど なめこ　たけのこ　にんじん　長ねぎ 玉ねぎ　キャベツ　しいたけ　しょうが こんにゃく	786	30.6
3	火	ごはん 牛乳	野菜椀　切干大根の炒り煮 白身魚フライ				牛乳 みそ ブルーホワイティング 油揚げ　あさり	ごはん じゃが芋　砂糖 パン粉　小麦粉 でん粉　油	ほうれん草　長ねぎ にんじん　ごぼう 切干大根　しょうが	811	30.1
4	水	ごはん 牛乳	わかめスープ　ビビンバ 包子（2個）				牛乳 わかめ 豚肉　鶏肉 みそ	ごはん 小麦粉　でん粉 パン粉　ごま 砂糖	にんじん　玉ねぎ チンゲン菜 小松菜　もやし しょうが　にんにく	750	30.5
5	木	ごはん 牛乳	豚汁　**のらぼう菜のお浸し** コロッケ　しょうゆ・かつお節（クラス）				牛乳 豚肉　豆腐 みそ かつお節	ごはん じゃが芋　パン粉 小麦粉　油 砂糖	にんじん　大根 ごぼう　長ねぎ のらぼう菜　キャベツ 玉ねぎ	768	24.9
6	金	子どもパン 牛乳	グリーンポタージュ　ブロッコリーサラダ ハンバーグドミソースかけ　ごまドレッシング（クラス）				牛乳 鶏肉 生クリーム	子どもパン 小麦粉　バター パン粉　油　砂糖 ドレッシング	グリンピース　コーン 玉ねぎ　にんじん エリンギ　トマト ブロッコリー　枝豆	884	37.6
9	月	ごはん 牛乳	にらともやしのみそ汁　★キムタクごはんの具 **ゼリーフライ**				牛乳 豆腐　みそ わかめ　おから 豚肉　昆布	ごはん じゃが芋　小麦粉 パン粉　油 砂糖　ごま	にんじん　玉ねぎ もやし　にら 長ねぎ　大根　白菜 にんにく　しょうが	804	26.2
10	火	中華めん 牛乳	塩ラーメンスープ　ほうれん草と春雨のサラダ 焼き春巻き　バンバンジードレッシング（クラス）				牛乳 鶏肉　あさり わかめ 豚肉	中華めん ごま　パン粉 小麦粉　でん粉 春雨　ドレッシング	にんじん　長ねぎ　もやし キャベツ　黄ピーマン 玉ねぎ　しょうが ほうれん草　アスパラ	759	31.6
11	水	ごはん 牛乳	**つみっこ**　★みそきんぴら イワシのみぞれ煮				牛乳 鶏肉 イワシ みそ	ごはん すいとん 油　砂糖　でん粉 こんにゃく	大根　にんじん　しいたけ 小松菜　長ねぎ ごぼう　れんこん	829	32.4
12	木	ごはん 牛乳	**呉汁**　煮びたし 鶏肉の和風梅ダレかけ（2個）				牛乳 大豆　豆腐 みそ　鶏肉 さつま揚げ	ごはん 小麦粉 でん粉 砂糖	ほうれん草　にんじん 大根　長ねぎ 小松菜　梅 もやし	807	39.0
13	金	ごはん 牛乳	豚肉のうま煮　切干大根のナムル 厚焼き玉子　ナムルドレッシング（クラス）				牛乳 豚肉 かまぼこ 卵	ごはん 油　砂糖　でん粉 ドレッシング　油 こんにゃく	いんげん　にんじん 玉ねぎ　しいたけ　切干大根 ほうれん草　きゅうり	769	32.3
16	月	コッペパン 牛乳	野菜コンソメスープ　チリコンカン 焼きメンチカツ				牛乳 鶏肉 レンズ豆	コッペパン パン粉 じゃが芋　油 砂糖	にんじん　玉ねぎ キャベツ チンゲン菜 にんにく　トマト	773	29.0
17	火	ごはん 牛乳	※キムチトッポギスープ　大豆の磯煮 ほっけのみりん焼き				牛乳 鶏肉　昆布 ホッケ　みそ 大豆　ひじき	ごはん 砂糖　油　ごま トッポギ　米粉 こんにゃく	にんじん　玉ねぎ　ほうれん草 もやし　白菜　大根　トマト にんにく　長ねぎ　しょうが	786	40.7
18	水	地粉うどん 牛乳	ごま味うどんの汁　しらたきサラダ 竹輪とかぼちゃの天ぷら（1個ずつ）　塩中華ドレッシング（クラス）				牛乳 鶏肉　油揚げ わかめ　あおさ ちくわ	地粉うどん　ごま　油 でん粉　小麦粉 ドレッシング しらたき	にんじん　キャベツ 長ねぎ　しいたけ　大根の葉 かぼちゃ　コーン	786	30.6
19	木	埼玉県学校総合体育大会									
20	金										
23	月	ごはん 牛乳	ピリ辛春雨スープ　**地場産きゅうりのサラダ** 鶏肉の人参マヨ焼き　野菜ふりかけ　玉ねぎドレッシング（クラス）				牛乳 鶏肉 あおさ のり	ごはん　油 春雨　ごま ノンエッグマヨネーズ ドレッシング	にんじん　長ねぎ もやし　ほうれん草 しいたけ　しょうが　玉ねぎ にんにく　きゅうり　コーン	739	30.6
24	火	バターロールコッペ 牛乳	ミネストローネ　花野菜サラダ 照り焼きチキンパテ　イタリアンドレッシング（クラス）				牛乳 鶏肉	バターロールコッペ マカロニ　砂糖 じゃが芋　パン粉 ドレッシング	玉ねぎ　にんじん キャベツ　にんにく トマト　ブロッコリー カリフラワー	790	30.2
25	水	ごはん 牛乳	沢煮椀　こんにゃくソテー カツオの竜田揚げ				牛乳 豚肉 鶏肉 カツオ	ごはん 油　でん粉 砂糖 しらたき	にんじん　たけのこ 長ねぎ　しいたけ しょうが　小松菜	743	34.9
26	木	中華めん 牛乳	**彩花ごまみそラーメンスープ**　ポパイサラダ 鬼まん　中華ドレッシング（クラス）				牛乳 豚肉 みそ	中華めん 小麦粉　さつま芋 砂糖　油　ごま ドレッシング	にんじん　コーン 玉ねぎ　もやし　キャベツ 長ねぎ　にら　ほうれん草 しょうが　にんにく	768	29.8
27	金	ごはん 牛乳	★かみかみカレー　**ゆでとうもろこし** プレーンオムレツ				牛乳 鶏肉 大豆 卵	ごはん 砂糖　油 小麦粉 でん粉	ごぼう　れんこん 玉ねぎ　にんじん しょうが　にんにく とうもろこし	863	30.5
30	月	ごはん 牛乳	豆腐と野菜のみそ汁　わかめサラダ 白身魚のごまだれかけ　野菜ドレッシング（クラス）				牛乳 豆腐　わかめ タラ みそ	ごはん ごま　油　でん粉 砂糖　米粉 ドレッシング	小松菜　にんじん 大根　ごぼう 玉ねぎ　しいたけ もやし	741	28.9
給食回数		19回 ※物品購入の都合により献立及び材料を変更することがあります。					平均栄養量			787	31.6
							基準栄養量			650	21~33

印の献立は、骨に注意してよくかんで食べましょう。

★印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

※印の献立は、よくかんで気をつけて食べましょう。

◎ 混ぜごはんの具は、飯缶で混ぜないでください。

◎ 献立予定表は、熊谷市ホームページ（熊谷学校給食センター）⇒「お知らせ」でもご覧いただけます。







熊谷学校給食センターのインスタグラム公式アカウントがあります。
日々の給食や、食材について発信しています！
ぜひ「フォロー」をお願いします。

KUMAGAYA.KYUSHOKU

6月は「食育月間」「彩の国ふるさと学校給食月間」です。地場産食材を使用した献立や郷土料理を太字で表記しています。