



6月 新座市立野火止小学校 学校給食献立表



校長 丹代 円
栄養士 西川 聡子

令和7年度

日	曜	献立名	主な食品	栄養価		
				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
2	月	牛乳 肉汁うどん 埼玉県各地	うどん 削り節(混合) なたね油 ごぼう ぶた肉 干しいたけ にんじん たまねぎ 清酒 塩 油揚げ しょうゆ ねぎ こまつな	577	17.8	
		みそポテト 秩父市	じゃがいも 薄力粉 でん粉 なたね油 清酒 みりん 三温糖 西京みそ 赤みそ			
		ミニトマト	ミニトマト			
3	火	牛乳 チキンカレーライス	米 米粒麦 なたね油 しょうが にんにく たまねぎ とり肉 赤ワイン にんじん じゃがいも 鳥がら ケチャップ ｸﾞﾙｰｽﾞ(AF) 中濃ソース(AF) しょうゆ 塩 こしょう カレー粉 薄力粉 はちみつ	692	22.9	
		高橋農園さんの小松菜サラダ 新座市	こまつな キャベツ きゅうり ホールコーン なたね油 穀物酢 三温糖 レモン汁 塩 こしょう しょうゆ ツナ			
4	水	牛乳 ちくわと新ごぼうのごまだれ丼	米 米粒麦 ちくわ とり肉 ごぼう でん粉 なたね油 三温糖 みりん 清酒 しょうゆ しょうが 白ごま	625	23.8	
		眞だくさんのみそ汁	削り節(混合) なたね油 にんじん こんにゃく 油揚げ ねぎ だいこん こまつな 清酒 赤みそ 白みそ			
5	木	牛乳 ファイバー ジャー جان麺 埼玉県	蒸し中華めん ごま油 なたね油 しょうが にんにく ねぎ にんじん ぶた肉 たまねぎ 切干大根 干しいたけ たけのこ水煮 清酒 赤みそ 白だし しょうゆ 三温糖 でん粉 トウバンジャン もやし ラー油	629	25.2	
		あじさいポンチ	粉寒天 上白糖 カルピス ぶどうジュース 黄桃缶 甘夏缶 りんご缶			
6	金	牛乳 さばごはん	米 米粒麦 さば 清酒 しょうが でん粉 なたね油 みりん 三温糖 しょうゆ ねぎ	596	19.9	
		新座野菜のけんちん汁 新座市	削り節(混合) だいこん にんじん ねぎ とうふ 油揚げ 清酒 しょうゆ 塩 こまつな			
		切干大根のかみかみおえ	切干大根 にんじん きゅうり もやし 三温糖 塩 しょうゆ ごま油 白ごま			
9	月	牛乳 ビスキューパン	子供パン バター 三温糖 鶏卵 薄力粉 ラム 牛乳	677	25.1	
		ポークシチュー	鳥がら ぶた肉 赤ワイン なたね油 にんにく セロリー にんじん たまねぎ じゃがいも マッシュルーム トマトピューレ ケチャップ 中濃ソース(AF) しょうゆ 三温糖 塩 こしょう ローリエ 薄力粉			
		カリカリじゃこサラダ	ちりめんじゃこ なたね油 キャベツ にんじん こまつな ホールコーン しょうゆ 穀物酢 塩 こしょう			
10	火	牛乳 入梅(にっぺり) カリカリ梅とごまごはん	米 米粒麦 だし昆布 清酒 カリカリ梅 白ごま	606	26.3	
		いわしの生蒸ししょうゆフライ	いわし 清酒 しょうが しょうゆ 薄力粉 パン粉 なたね油			
		たまご小松菜のスープ	鳥がら ベーコン とり肉 にんじん たまねぎ 清酒 塩 こしょう 薄口しょうゆ でん粉 鶏卵 こまつな			
11	水	牛乳 スバゲティなすミートビーンズ	スバゲティ なたね油 しょうが にんにく たまねぎ にんじん セロリー ぶた肉 とり肉 なす 赤ワイン トマトピューレ ケチャップ 中濃ソース(AF) ｸﾞﾙｰｽﾞ(AF) 塩 こしょう しょうゆ 薄力粉 大豆	635	28.9	
		野菜のオニオンドレッシング和え	キャベツ だいこん たまねぎ にんじん えだまめ なたね油 穀物酢 しょうゆ 塩 こしょう 三温糖			
12	木	牛乳 麦ごはん	米 米粒麦	559	20.6	
		韓国風肉じゃが	こんにゃく しょうゆ ごま油 ぶた肉 にんじん たまねぎ じゃがいも キムチ たら 清酒 三温糖 みりん コチュジャン			
		チョレギサラダ	だいこん きゅうり キャベツ 生わかめ ごま油 にんにく しょうゆ 塩 三温糖 穀物酢 コチュジャン 白ごま			
13	金	牛乳 しゃくし菜と豚肉のまぜごはん 秩父市	米 米粒麦 なたね油 ぶた肉 しゃくし菜漬け 清酒 薄口しょうゆ 白ごま	578	20.9	
		呉汁 川島町	煮干し ごま油 ごぼう こんにゃく とり肉 にんじん だいこん 干しいたけ 油揚げ 大豆 白みそ ねぎ こまつな			
		ももゼリー	粉寒天 上白糖 ももジュース ゼラチン			
16	月	牛乳 わかめごはん	米 米粒麦 炊き込みわかめ 白ごま	596	25.3	
		白身魚の甘酢あんかけ	メルルーサ切身 清酒 塩 薄力粉 でん粉 なたね油 しょうゆ 穀物酢 三温糖 ごま油			
		キムチ豚汁	鳥がら なたね油 ごぼう ぶた肉 にんじん こんにゃく だいこん とうふ ねぎ キムチ 清酒 赤みそ 白みそ たら ごま油			
17	火	牛乳 冷やしきつねうどん	うどん ロックアイス 油揚げ とり肉 三温糖 しょうゆ こまつな 削り節(混合) みりん 清酒	555	20.3	
		ゼリーフライ 行田市	じゃがいも なたね油 ねぎ にんじん 塩 こしょう おから 鶏卵 薄力粉 ｸﾞﾙｰｽﾞ(AF)			
		きゅうりの香味あえ	きゅうり にんじん しょうが 塩 しょうゆ ごま油			
18	水	牛乳 麦ごはん・カレーじゃこぶりかけ	米 米粒麦 なたね油 たまねぎ にんにく カレー粉 ちりめんじゃこ	588	29.6	
		鶏肉とらすのさっぱり煮	とり肉 だいこん うずら卵 しょうが にんにく 穀物酢 しょうゆ 三温糖			
		海藻サラダ	海藻ミックス キャベツ にんじん きゅうり ホールコーン こしょう しょうゆ 穀物酢 三温糖 なたね油			
19	木	牛乳 スラッピージョー(セルフ) ※ｸﾞﾙｰｽﾞをﾊﾞﾝにはんだ料理です	コッパパン なたね油 にんにく ぶた肉 ナツメグ粉 オールスパイス チリパウダ タまねぎ セロリー 大豆 赤ワイン 塩 こしょう トマトピューレ ケチャップ ｸﾞﾙｰｽﾞ(AF) 中濃ソース(AF) しょうゆ 薄力粉	605	26.7	
		チキンヌードルスープ アメリカ	鳥がら なたね油 にんにく セロリー とり肉 たまねぎ にんじん キャベツ ツイストマカロニ 白ワイン 塩 こしょう パセリ			
20	金	牛乳 みそチキンカツ丼	米 米粒麦 とり肉 清酒 塩 こしょう 薄力粉 パン粉 なたね油 にんにく 赤みそ 三温糖 みりん ごま油 でん粉 白ごま	651	29.7	
		ワンタンスープ	ｸﾞｰﾌﾞﾙ 鳥がら なたね油 ぶた肉 にんじん 干しいたけ もやし キャベツ 清酒 塩 こしょう しょうゆ ねぎ チンゲンサイ ごま油			
23	月	牛乳 麦ごはん	米 米粒麦	605	23.3	
		ホイコーロー	なたね油 にんにく ぶた肉 干しいたけ にんじん ねぎ 青ピーマン キャベツ てんめんジャン トウバンジャン 清酒 しょうゆ 三温糖 塩 こしょう でん粉			
		ツナと野菜の中華サラダ	ツナ 芽ひじき もやし にんじん きゅうり 穀物酢 しょうゆ 塩 ごま油 なたね油 白ごま			
24	火	牛乳 とうふラーメン さいたま市	蒸し中華めん ごま油 鳥がら 豚骨 なたね油 トウバンジャン にんにく しょうが ぶた肉 とうふ 生わかめ 清酒 しょうゆ 塩 でん粉 ねぎ	598	22.9	
		ごぼうの甘辛からあげ	ごぼう でん粉 なたね油 三温糖 しょうゆ 清酒 みりん 白ごま			
		大根の昆布漬	だいこん きゅうり 塩昆布 塩 薄口しょうゆ ごま油			
25	水	牛乳 鉄骨いなりちらし 川口市	米 上白糖 穀物酢 塩 油揚げ にんじん 芽ひじき みりん 三温糖 清酒 しょうゆ 鶏卵 なたね油 白ごま こまつな	652	30.4	
		鱈(アジ)フライ	あじ 清酒 しょうゆ しょうが 薄力粉 パン粉 なたね油			
26	木	牛乳 鐺肉汁(いものじり)	煮干し にんじん たまねぎ こんにゃく とうふ 白みそ 赤みそ ごま油	691	21.7	
		北本トマトカレー 北本市	米 米粒麦 トマトソース パプリカ粉 なたね油 にんにく しょうが セロリー ぶた肉 赤ワイン たまねぎ にんじん じゃがいも 鳥がら ホールトマト缶 ケチャップ ｸﾞﾙｰｽﾞ(AF) 中濃ソース(AF) しょうゆ 塩 はちみつ 薄力粉 カレー粉			
		彩りサラダ	キャベツ 切干大根 芽ひじき ホールコーン えだまめ にんじん 穀物酢 なたね油 オリーブオイル しょうゆ 塩 こしょう 三温糖			
27	金	牛乳 小松菜のペペロンチーノ	スバゲティ オリーブオイル なたね油 にんにく とうがらし ベーコン たまねぎ 白ワイン 塩 しょうゆ こしょう こまつな	546	25.2	
		焼肉サラダ	ぶた肉 なたね油 清酒 三温糖 しょうゆ にんじん もやし きゅうり 塩 穀物酢 ごま油 白ごま			
30	月	牛乳 ヨーグルト	ヨーグルト	580	25.3	
		枝豆と昆布の炊き込みごはん	米 米粒麦 なたね油 ぶた肉 にんじん えだまめ 糸昆布 薄口しょうゆ 塩 清酒 三温糖 みりん			
		鶏のスパイスから揚げ	とり肉 にんにく しょうが 白ワイン しょうゆ カレー粉 ガラムマサラ 塩 薄力粉 でん粉 なたね油			
ごまドレサラダ	こんにゃく キャベツ きゅうり にんじん ホールコーン なたね油 ごま油 穀物酢 しょうゆ 三温糖 塩 すりごま					
※学校行事や野菜・果物の価格変動などの都合により、食材を変更することがあります。ご了承ください。 ※栄養価は中学年を基準にしています。 低学年は0.8、高学年は1.2をかけた値が目安です。				今月の地産産 鈴木農園…だいこん、にんじん 高橋農園…こまつな、チンゲンサイ	平均 611	基準値 24.3
				平均 650	基準値 26.8	

6月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です

埼玉県では、ふるさとへの愛着を深めることを目的とし、食育月間の6月と収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。今月は、新座市で作られている農産物をたくさん使用し、埼玉県各地の郷土料理やB級グルメを取り入れています。

©埼玉県2005

