

令和8年 6月 小学校基準献立予定表

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
1月	キムタクごはん	○	ぶたもも肉小間	精白米, 精麦, ごま油	新学給キムチ, たくあん, しょうが, 長ねぎ	しょうゆ	572 kcal
	蒸ししゅうまい		冷凍しゅうまい				22.4 g
	春雨スープ		ベーコン	緑豆はるさめ	にんじん, たまねぎ, たけのこ	しょうゆ, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	17.9 g
							3.2 g
2火	ごはん	○		精白米, 精麦			647 kcal
	さわらの味噌焼き		さわら, あわせ味噌	粗糖		みりん, 日本酒, しょうゆ	32.4 g
	けんちん汁		油揚げ	じゃがいも, ごま油	だいこん, にんじん, たまねぎ, ごぼう, こんにゃく	しょうゆ, さば・かつお削り節, 並塩, 水	17.0 g
	手作りふりかけ (青のり)		さば・かつお削り節, あおのり (素干し)	粗糖		しょうゆ, 並塩	2.3 g
	冷凍みかん				みかん		
3水	ジャンバラヤ	○	ウインナー	精白米, 精麦, オリーブ油	たまねぎ, にんじん, 青ピーマン, ホールコーン, にんにく	パプリカ (粉), ケチャップ, ウスターソース, みりん, しょうゆ, チリパウダー, クミン, カレー粉, 並塩, こしょう	569 kcal
	チキンソテー		とりもも肉切り身		にんにく	並塩, こしょう, 白ワイン, ナツメグ	24.7 g
	葉山わかめスープ		葉山わかめ	ごま油	にんじん, たまねぎ, えのきたけ	チキンスープ, しょうゆ, 並塩, こしょう, 水	22.4 g
							2.4 g
4木	じゃごごはん	○	しらす干し, かつお節	精白米, 精麦	広島菜・京菜・大根菜		607 kcal
	筑前煮		とりもも肉角	じゃがいも, 粗糖, ごま油	たまねぎ, にんじん, ごぼう, れんこん, しょうが, グリンピース, こんにゃく, たけのこ	しょうゆ, 日本酒, 水	24.0 g
	ごまあえ			黒ごま, 粗糖	キャベツ, にんじん, ホールコーン	しょうゆ	16.6 g
							2.8 g
5金	チーズパン	○		◎チーズパン			556 kcal
	ココアヨーグルト		◎ヨーグルト				27.1 g
	白身魚のフライ (オーロラソース)		メルルーサ	小麦粉, パン粉, 揚げ油		並塩, こしょう, 卵なしマヨネーズ, ケチャップ	18.6 g
	ベジタブルチャウダー		ベーコン, ◎脱脂粉乳	じゃがいも, 米粉, ◎バター	たまねぎ, にんじん, ホールコーン, グリンピース	チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	2.8 g
8月	ごはん	○		精白米, 精麦			612 kcal
	肉団子の甘酢あんかけ		冷凍肉だんご	粗糖, かたくり粉		しょうゆ, 酢, 日本酒, みりん	26.1 g
	根菜のごま汁		ぶたもも肉小間, あわせ味噌, 米みそ	じゃがいも, ごま油, 白ごま, 練りごま	にんじん, たまねぎ, だいこん, ごぼう	さば・かつお削り節, みりん, 水	18.6 g
	ピリ辛きゅうり			粗糖, ごま油	きゅうり	しょうゆ, トウバンジャン	2.1 g
9火	豚肉と大豆のビビンバ	○	ぶたもも肉細切り, クラッシュ大豆	精白米, 精麦, 粗糖, ごま油, かたくり粉, 白ごま	にんにく, もやし, にんじん, こまつな	日本酒, しょうゆ, コチジャン, 並塩	665 kcal
	トックスープ		とりもも肉小間	トック	にんじん, たまねぎ, チンゲンサイ, だいこん, しょうが	チキンスープ, 並塩, こしょう, 水	28.1 g
	りんごゼリー		りんごゼリー				18.1 g
							2.3 g
10水	ミルクパン	○		◎ミルクパン			577 kcal
	ポトフ		ウインナー, ベーコン	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, にんにく, キャベツ, セロリ, エリンギ	白ワイン, ベイリーフ, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	22.3 g
	葉山ひじきサラダ		葉山ひじき, ゆで大豆	粗糖, 米油	にんじん, きゅうり	しょうゆ, 酢	26.4 g
							2.3 g
11木	肉うどん	○	ぶたもも肉小間, なた, 油揚げ	ゆで麺	乾しいたけ, にんじん	しょうゆ, みりん, さば・かつお削り節, 並塩, 水	633 kcal
	青のりポテト		あおのり (素干し)	じゃがいも, 揚げ油		並塩	28.5 g
	果物 (みしょうかん)				みしょうかん		18.7 g
							2.7 g
12金	ロールパン	○		◎ロールパン			575 kcal
	豆乳入りコーンシチュー		とりもも肉小間, とりむね肉小間, 豆乳	じゃがいも, 米油	ホールコーン, たまねぎ, にんじん, にんにく, グリンピース, クリームコーン	ベイリーフ, チキンスープ, 並塩, こしょう, 水	25.7 g
	コールスロー			粗糖, 米油	キャベツ, にんじん, きゅうり	酢, からし粉, 並塩	21.7 g
							2.6 g
15月	タコライス	○	ぶたひき肉, ゆで大豆	精白米, 精麦, 米油, 粗糖	たまねぎ, にんじん, ホールトマト, 青ピーマン, にんにく	ケチャップ, トマトピューレー, ウスターソース, チリパウダー, ナツメグ, 並塩, こしょう, チキンとポークスープ	565 kcal
	ゆでキャベツ				キャベツ	並塩	26.0 g
	もずくスープ		もずく, ベーコン		にんじん, チンゲンサイ, たけのこ	しょうゆ, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	17.4 g
							2.5 g
16火	ごはん	○		精白米, 精麦			605 kcal
	チンジャオロースー		ぶたもも肉細切り	米油, 粗糖, ごま油	青ピーマン, たまねぎ, しょうが, にんにく, たけのこ	しょうゆ, オイスターソース, 日本酒, トウバンジャン, 並塩, こしょう	24.8 g
	梅肉和え			白ごま	もやし, にんじん, きゅうり, 練り梅	しょうゆ, 並塩	19.3 g
	豆乳プリン			豆乳プリン			2.0 g

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	アレルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	
17 水	コッペパン	○		◎コッペパン			579 kcal	
	チョコレートクリーム			チョコレートクリーム			25.6 g	
	夏野菜ラタトゥイユ		とりもも肉角, ベーコン	オリーブ油	たまねぎ, なす, ズッキーニ, 青ピーマン, 赤ピーマン, にんにく, ホールトマト	ベイリーフ, 赤ワイ ン, 並塩, こしょう	23.4 g	
	コーンサラダ			米油, 粗糖	キャベツ, きゅうり, ホールコーン	しょうゆ, 酢, 並塩	2.5 g	
18 木	かてめし	○	油揚げ, 凍り豆腐	精白米, 精麦, 米油, 粗糖	ごぼう, にんじん, 切干しいんげん, 乾しいたけ, えだまめ	しょうゆ, 日本酒, 並塩	582 kcal	
	塩肉じゃが		ぶたもも肉小間	じゃがいも, 粗糖, 米油	たまねぎ, にんじん, しょうが, しらたき, グリンピース	みりん, 塩こうじ, 水	25.8 g	
	しょうがあえ				もやし, きゅうり, にんじん, しょうが	しょうゆ	16.0 g	
							2.2 g	
埼玉県郷土料理								
19 金	サンドパン	○		◎サンドパン			592 kcal	
	チキンカツレツ		とりむね肉切り身	小麦粉, パン粉, 揚げ油		並塩, こしょう, パセリ(乾), パ ジル(粉), ケチャップ, 中濃ソース	29.9 g	
	野菜スープ		ベーコン	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, キャベツ, たけのこ	チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	26.2 g	
							2.6 g	
22 月	コーンピラフ	○	ベーコン	精白米, 精麦, 米油	ホールコーン, たまねぎ	並塩, こしょう	612 kcal	
	ポークシチュー		ぶたもも肉小間, 豆乳	じゃがいも, 米油, 粗糖, 米粉	たまねぎ, にんじん, グリンピース, マツ シュルーム(水煮), ホールトマト	ケチャップ, ウスターソース, 中 濃ソース, しょうゆ, チキンと ポークスープ, ナツメグ, クミ ン, 並塩, こしょう, 水	28.6 g	
	マスタード和え					もやし, きゅうり	しょうゆ, 粒マスタード	18.9 g
							2.4 g	
23 火	ごはん	○		精白米, 精麦			655 kcal	
	さばの梅しそ焼き		さば, あわせ味噌	粗糖	練り梅, しそ(葉)	日本酒, みりん	29.3 g	
	生姜たっぷり野菜炒め		ぶたもも肉小間	米油	しょうが, キャベツ, にんじん, もやし	チキンとポークスープ, しょうゆ, 並塩, こしょう	28.3 g	
							1.7 g	
南郷中1年生が長柄小の5年生の時に、考えた献立です！								
24 水	コッペパン	○		◎コッペパン			593 kcal	
	ミートソース		ぶたひき肉	じゃがいも, 小麦粉, 米油	たまねぎ, にんじん, にんにく, セロリ, ホールトマト	赤ワイン, トマトピューレー, トマトペースト, 中濃ソース, ベイ リーフ, 並塩, こしょう, チキン とポークスープ, ケチャップ, 水	28.3 g	
	タルタルサラダ			マカロニ, 卵なしタルタルソース, 粗糖	きゅうり, にんじん, キャベツ, ホールコーン, レモン果汁	並塩	19.5 g	
	果物(メロン)				メロン		2.7 g	
25 木	夏野菜カレーライス	○	ぶたもも肉小間, 豆乳	精白米, 精麦, 米油, 小麦粉	たまねぎ, にんじん, しょうが, にんにく, 西洋かぼちゃ, なす, さやいんげん, トマト	カレー粉, クミン, ターメリッ ク, ベイリーフ, チキンとポーク スープ, ケチャップ, 中濃ソー ス, チャツネ, 並塩, 水	670 kcal	
	とうもろこし					とうもろこし	並塩	26.1 g
								20.1 g
								1.1 g
26 金	ポークジンジャーどっく	○	ぶたもも肉小間	◎コッペパン, 粗糖, 米油, かたくり粉	しょうが, キャベツ	しょうゆ, 日本酒, ケチャップ, 並塩	566 kcal	
	白玉スープ		とりもも肉小間	冷凍白玉もち	にんじん, たまねぎ, チンゲンサイ, だいこん, しょうが	チキンスープ, 並塩, こしょう, しょうゆ, 水	28.5 g	
	果物(バレンシアオレンジ)				バレンシアオレンジ		18.1 g	
							2.7 g	
29 月	豚丼	○	ぶたもも肉小間	精白米, 精麦, 粗糖, かたくり粉	たまねぎ, しらたき, えのきたけ, グリンピース	日本酒, しょうゆ, みりん, 水, 並塩	580 kcal	
	葉山わかめの酢の物		葉山わかめ	粗糖	キャベツ, きゅうり	酢, しょうゆ	25.6 g	
	果物(みしょうかん)				みしょうかん		14.4 g	
							2.0 g	
30 火	ごはん	○		精白米, 精麦			585 kcal	
	四川豆腐		ぶたもも肉小間, 木綿豆腐	米油, 粗糖, ごま油, かたくり粉	長ねぎ, チンゲンサイ, にんにく, しょうが, たけのこ	しょうゆ, 日本酒, トウバンジャ ン, チキンとポークスープ, 水	27.8 g	
	中華風磯和え		刻みのり	ごま油	きゅうり, もやし	しょうゆ	17.5 g	
							1.7 g	

※アレルギー食品には記号を表示しています

6月食物アレルギー対応献立(除去食対応含む)のお知らせ

日にち	献立名	卵	乳	えび
6/5(水)	ベジタブルチャウダー		○	

※卵・乳・えびのアレルギー等でこれらの食材を食べられない児童は、

これらのアレルギーを除去した除去食を提供しています。

※すべてのパンには乳及び小麦、めんには小麦を使用しています。
 ※魚介類及び藻類(わかめ、ひじきなど)、小魚類(ちりめんじゃこ、しらすなど)は
えび・かきが混ざる漁法で漁獲されています。
 ※飲むヨーグルト・ヨーグルト・ジュース等は牛乳扱いになります。ご家庭で確認をお願いします。

※「卵」= ★
 「乳」= ○
 「えび」= △
 と材料名に印が入ります。

献立表の見方

*基準献立表は小学校4校共通献立を記載して
 います。

*学校行事等により給食提供のない日があります。
 学校行事については各学校の「学校だより」等
 をご参照ください。

*今月より加工食品のアレルギー情報をHPに掲載
 することになりました。
 アレルギー情報を知りたい方は、葉山町のHPま
 たは二次元コードから「葉山町学校給食 加工食品ア
 レルギー表示一覧表」をご確認ください。



葉山町教育委員会学校教育課

(TEL)046-876-1111 (内線:7222)