令和６年度　志木市立志木第二小学校

6月　予定献立表

箸は毎日給食室で準備したものを使っています。
箸の使い方については、ご家庭でも声かけをお願いいたします。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
3 びわ やきにくチャーハン にくだんごのスープ あお　ピンク	**4** きゅうりと たくあんのあえもの アジフライ むぎごはん カルシウムたっぷりみそしる みどり　あお　ピンク	**5** ミートビーンズスパゲティ チキンサラダ あお　みどり	**6** さくらんぼ ちくわとごぼうのあまからどん あつあげのみそしる みどり　あお　ピンク	**7** ぶどうゼリー ぶたキムチどん わかめスープ あお　ピンク
545kcal 25.9g	むしば（6・4）よぼうこんだて 648kcal 32.3g	654kcal 29.5g	577kcal 20.9g	558kcal 26.1g
ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま でんぷん パンこ にんにく しょうが にんじん ねぎ たまねぎ しいたけ たけのこ きゃべつ こまつな びわ	ぎゅうにゅう アジ なまあげ みそ こめ むぎ はくりきこ パンこ あぶら ごまあぶら じゃがいも ごま きゅうり たくあん だいこん にんじん ねぎ こまつな	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とりにく スパゲティ オリーブオイル さとう ごまあぶら あぶら にんにく しょうが たまねぎ セロリ にんじん きゃべつ トマトピューレ もやし だいこん	ぎゅうにゅう ちくわ なまあげ みそ こめ むぎ でんぷん あぶら さとう ごま あかピーマン ごぼう しょうが にんじん きゃべつ ねぎ さくらんぼ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ かんてん こめ むぎ ごまあぶら ごま さとう しょうが たまねぎ しいたけ キムチ にら コーン にんじん ばんのうねぎ ぶどうジュース
10 ★みそポテト ★おっきりこみふううどん （うどん）（スープ） みどり　あお　ピンク	**11** パイナップル ★ひがしまつやまのやきとりどん ★かわじまごじる みどり　あお　ピンク	**12** ★きたもとトマトカレー コーンときゃべつのサラダ あお　みどり	**13** ★ゼリーフライ ★かてめし ★いものじる みどり　あお　ピンク	**14** あじさいゼリー ★まっちゃあげパン（狭山茶使用） ジャーマンポテトスープ みどり　あお　ピンク
じばさんぶつかつようきょうかウィーク 555kcal 19.0g	じばさんぶつかつようきょうかウィーク 616kcal 29.3g	じばさんぶつかつようきょうかウィーク 689kcal 22.5g	じばさんぶつかつようきょうかウィーク 597kcal 23.2g	じばさんぶつかつようきょうかウィーク 522kcal 16.8g
ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ うどん さといも じゃがいも はくりきこ でんぷん あぶら さとう にんじん だいこん ごぼう しいたけ こまつな	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ あぶらあげ とうふ だいず とうにゅう こめ むぎ あぶら ごまあぶら さとう ごま しょうが にんにく ねぎ にんじん だいこん パイナップル	ぎゅうにゅう ぶたにく こめ あぶら オリーブオイル はくりきこ ごまあぶら トマトかん たまねぎ しょうが にんにく にんじん きゃべつ きゅうり コーン	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ おから こめ こんにゃく さとう あぶら じゃがいも ごぼう しいたけ にんじん さやいんげん	ぎゅうにゅう うぐいすきなこ ベーコン ウインナー かんてん コッペパン あぶら さとう じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ クランベリージュース
17 カップでクリームコロッケ おかかあえ むぎごはん とんじる みどり　あお　ピンク	**18** こだますいか かいせんやきそば はるさめサラダ あお　みどり	**19** そくせきづけ サバのたつたあげ むぎごはん こんさいのごまふうみじる みどり　あお　ピンク	**20** なつやさいとぶたにくのみそいため むぎごはん とうもろこしのスープ みどり　あお　ピンク	**15（どようび・こうかいじゅぎょう）** ★ミートライス やさいスープ りんごジュース あお　ピンク
571kcal 19.9g	561kcal 27.3g	しょくいくのひ こんだて 636kcal 28.0g	691kcal 24.7g	じばさんぶつかつようきょうかウィーク 596kcal 23.7g
ぎゅうにゅう とうにゅう かつおぶし ぶたにく とうふ みそ こめ むぎ あぶら はくりきこ パンこ こんにゃく たまねぎ コーン にんじん こまつな もやし ごぼう だいこん ねぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか えび ハム ちゅうかめん ごまあぶら あぶら はるさめ さとう たまねぎ にんじん しょうが しいたけ もやし きゃべつ にら きゅうり コーン こだますいか	ぎゅうにゅう サバ ぶたにく みそ こめ むぎ でんぷん あぶら じゃがいも ごま しょうが きゅうり だいこん きゃべつ にんじん ごぼう たまねぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく こめ むぎ あぶら さとう でんぷん しょうが にんにく にんじん たまねぎ ピーマン あかピーマン なす クリームコーン ほうれんそう	ぶたにく ぎゅうにく みそ チーズ ベーコン こめ あぶら オリーブオイル さとう バター りんごジュース しょうが たまねぎ にんじん セロリ トマトペースト きゃべつ
24 さかなのフライ セルフフィッシュバーガー（こどもパン） ボイルきゃべつ ABCスープ みどり　あお　ピンク	**25** れいとうみかん しょうがやきどん なすのみそしる あお　ピンク	**26** メロン むぎごはん のりのつくだに にくじゃが みどり　あお	**27** もやしのおひたし とりのからあげ うめとわかめのごはん すましじる みどり　あお　ピンク	**28** ごまあえ プリのてりやき ★しないのうかさんのじゃがいもみそしる むぎごはん みどり　あお　ピンク
581kcal 27.7g	624kcal 25.2g	590kcal 24.5g	517kcal 26.1g	552kcal 27.8g
ぎゅうにゅう メルルーサ ベーコン こどもパン はくりきこ パンこ あぶら オリーブオイル アルファベットマカロニ さとう きゃべつ にんじん セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム トマトかん パセリ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ みそ こめ むぎ さとう あぶら でんぷん しょうが たまねぎ なす えのき ねぎ れいとうみかん	ぎゅうにゅう のり ぶたにく こめ むぎ さとう じゃがいも しらたき あぶら にんじん たまねぎ しいたけ グリンピース メロン	ぎゅうにゅう わかめ とりにく とうふ かまぼこ こめ むぎ でんぷん あぶら ごまあぶら さとう きざみうめ しょうが もやし こまつな にんじん ねぎ	ぎゅうにゅう プリ とうふ みそ こめ むぎ さとう ごま じゃがいも しょうが ほうれんそう もやし ねぎ こまつな

志木市で行っている、おいしく減塩！減らソルトプロジェクトのロゴマークです。毎月1番塩分が少ないメニューの日にこのマークでお知らせしています。
ぜひ、ご家庭でも減塩を意識してみてください。

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合もあります。ご了承ください。

表示の説明	上の段の数字　エネルギーkcal → 下の段の数字　たんぱく質　g　→	
【あか】おもにからだをつくるしょくひん	【きいろ】おもにねつやちからになるしょくひん	【みどり】おもにからだちょうしをととのえるしょくひん

6月は「食育月間」

★がついた献立は、埼玉県や志木市にゆかりのある献立です。
10日（月）おっきりこみ風うどん、みそポテト
11日（火）東松山の焼き鳥丼、川島呉汁
12日（水）北本トマトカレー
13日（木）かてめし、鋳物汁、ゼリーフライ
14日（金）まっちゃあげパン
15日（土）ミートライス
28日（金）市内農家さんのじゃがいもを使ったみそ汁