



第一幼稚園・殖蓮幼稚園・宮郷幼稚園・名和幼稚園  
名和小学校・坂東小学校・宮郷第二小学校・第二中学校・第四中学校

伊勢崎市第二学校給食調理場

日	献立名	主な材料名						栄養価				
		体をつくる <あか>		体のちょうしをととのえる <みどり>		ねつや力のもとになる <きいろ>		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)			
		たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂質					
2月	黒パン	牛乳	●チキンのチーズ焼き こんにゃくサラダ(和風) クリームスープ	とり肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり たまねぎ こんにゃく	コーン しめじ	黒パン じゃがいも	油 ドレッシング	624 806	29.4 37.7
3火	ごはん	牛乳	さわらの野菜あんかけ 小松菜のごまあえ かみなり汁	さわら 豆腐 みそ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ だいこん こんにゃく	ねぎ もやし	ごはん さとう かたくりこ じゃがいも	油 ごま	609 783	24.4 30.2
4水	ゆでめん	牛乳	●かみかみ献立~かみかみかき揚げ~ かみかみかきあげ キャベツの浅漬け 五目うどん汁	いか ぶた肉 油揚げ	牛乳	にんじん	キャベツ だいこん しいたけ	きゅうり ねぎ	ゆでめん こむぎこ	油	609 747	23.1 27.9
5木	ごはん	牛乳	ますのたまねぎソースかけ ◆上州きんぴら 飛鳥汁	ます とり肉 油揚げ みそ さつま揚げ	牛乳	にんじん いんげん こまつな	たまねぎ だいこん こんにゃく	ごぼう しいたけ	ごはん さとう かたくりこ じゃがいも	油	597 767	29.7 36.6
6金	ごはん	牛乳	チキン竜田の甘辛ソースかけ くきわかめのサラダ(塩中華) 呉汁	とり肉 だいず みそ	牛乳 くきわかめ	にんじん	きゅうり もやし だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	もやし	ごはん さとう かたくりこ さといも	油 ごま油 ドレッシング	642 806	22.5 27.0
9月	ごはん	牛乳	いわしの梅煮 ◆肉じゃが 厚揚げのみそ汁	いわし ぶた肉 厚揚げ みそ	牛乳	にんじん いんげん こまつな	たまねぎ しらたき だいこん うめ えのきたけ	しめじ	ごはん さとう じゃがいも	油	593 762	24.6 30.4
10火	ココアパン	牛乳	オムレツのトマトソースかけ ◆カレージャーマン ラビオリスープ	たまご ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	しめじ コーン	ココアパン じゃがいも さとう ラビオリ	油 バター	617 805	22.8 28.3
11水	ごはん	牛乳	◆豚肉とごぼうのみそ炒め ごま昆布あえ かきたま汁	ぶた肉 みそ 豆腐 たまご	牛乳 塩昆布	にんじん こまつな	えだまめ キャベツ こんにゃく ごぼう えのきたけ ねぎ	もやし たまねぎ	ごはん さとう かたくりこ	油 ごま ごま油	595 769	28.3 35.7
12木	パーカーハウス	牛乳	野菜コロッケのソースかけ アスパラサラダ(イタリアン) ●ABCスープ	ベーコン うずら卵	牛乳	アスパラガス にんじん	だいこん キャベツ コーン	きゅうり たまねぎ	パーカーハウス じゃがいも パン粉 マカロニ	油 ドレッシング	654 789	23.9 28.2
13金	ごはん	牛乳	千葉県産の郷土料理 あじのさんが焼きおろしソースかけ ●◆コーンの磯煮 鶏ごぼう汁	あじ とり肉 油揚げ みそ	牛乳 ひじき	にんじん	だいこん えだまめ だいこん ごぼう しいたけ ねぎ	コーン こんにゃく	ごはん さとう かたくりこ さといも	油	610 800	26.6 34.4
16月	ごはん	ジョア マスカット	酢豚 もやしの中華あえ 肉団子スープ	ぶた肉 肉団子	ジョア わかめ	にんじん ピーマン にら	たまねぎ きゅうり えのきたけ もやし	たけのこ キャベツ	ごはん かたくりこ さとう	油 ごま油 ごま	618 808	21.6 27.3
17火	ごはん	牛乳	●ハヤシライス コールスローサラダ ●豆乳プリン	ぶた肉	牛乳 生クリーム	にんじん トマト	グリーンピース にんにく たまねぎ キャベツ しめじ きゅうり コーン	たまねぎ	ごはん 豆乳プリン	油 ドレッシング	665 841	21.3 26.5
18水	ロールパン	牛乳	ささみフライのソースかけ 枝豆サラダ(イタリアン) ミネストローネ	とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん トマト	キャベツ きゅうり えだまめ たまねぎ だいこん セロリー	たまねぎ	ロールパン じゃがいも マカロニ パン粉	油 ドレッシング	640 843	25.6 33.2
19木	ごはん	牛乳	群馬産の郷土料理~混ぜごはん~ 厚焼きたまご ◆こぎつねご飯の具 豆腐とわかめのみそ汁	たまご 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳 わかめ	にんじん	えだまめ だいこん こんにゃく ごぼう えのきたけ ねぎ	だいこん	ごはん さとう	油	624 803	28.0 34.7
20金	こめっこぱん	牛乳	白身魚フライのソースかけ ごぼうサラダ 伊勢崎トマトとレタスのスープ	ホキ ベーコン たまご	牛乳	にんじん トマト パセリ	きゅうり ごぼう だいこん レタス たまねぎ エリンギ	ごぼう	こめっこぱん パン粉	油	602 759	26.0 32.0
23月	ごはん	牛乳	さばのスタミナ焼き ◆切り干しだいこんの炒め煮 じゃがいもとわかめのみそ汁	さば 油揚げ さつま揚げ みそ	牛乳 わかめ	にんじん いんげん	切り干しだいこん だいこん ねぎ えのきたけ	たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油	628 804	24.2 29.9
24火	中華めん	牛乳	焼き上州ぎょうざ(2個) 小松菜のナムル ●みそラーメンスープ	ぶた肉 なると みそ	牛乳	こまつな にんじん にら	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが もやし コーン ねぎ	たまねぎ しょうが もやし	中華めん さとう ぎょうざの皮	油 ごま ごま油	590 790	24.4 31.5
25水	ごはん	牛乳	メンチカツのソースかけ 梅の香りあえ キャベとん汁	ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん	だいこん きゅうり キャベツ たまねぎ	きゅうり うめ	ごはん パン粉 じゃがいも	油	621 787	23.5 29.1
26木	背割れ コッペパン	牛乳	世界の料理~ベトナム~ ベトナム風春巻 ◆パインミーサンドの具 フォーと野菜のスープ コーヒー牛乳のもと	えび ぶた肉 いか 肉団子	牛乳	ピーマン 赤ピーマン にんじん こまつな	たまねぎ しょうが キャベツ もやし ねぎ	しょうが もやし	コッペパン さとう フォー 春巻きの皮 コーヒー牛乳のもと	油 ごま油	655 800	27.3 33.9
27金	ごはん	牛乳	●煮たまご かいそうサラダ(和風) ●チキンカレー	たまご とり肉	牛乳 かいそう	にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく	きゅうり しょうが りんご	ごはん じゃがいも	油 ドレッシング	654 830	23.6 27.9
30月	ゆめロール	牛乳	いかりンクフライ(2個) ◆スパゲッティナポリタン 野菜スープ	いか ベーコン フランクフルト	牛乳	にんじん ピーマン こまつな	たまねぎ コーン キャベツ	きゅうり	ゆめロール パン粉 スパゲッティ じゃがいも	油	630 790	23.7 28.4

### 注意すること

- ▶ 今月の給食に「そば」と同じ工場で作られているものはありません。
- ▶ ◆印はバットに熱いおかずが入るため、運ぶ時に注意してください。
- ▶ 魚類には小骨が残っていることがあるため、注意して食べてください。
- ▶ 献立表には主な材料のみを表示しています。詳しくは、第二学校給食調理場(☎0270-21-9911)まで問い合わせてください。
- ▶ 栄養価欄の数字は、上段が小学校、下段が中学校です。
- ▶ ごはん、パン、めん類、牛乳、ジョアは、業者が直接学校へ配送します。
- ▶ 献立の内容は使用する材料などの都合により、変更する場合がありますのでご了承ください。

### 今月の伊勢崎産の材料

- ▶ ごはん
- ▶ トマト
- ▶ こまつな
- ▶ にら
- ▶ きゅうり



小学校 (3・4年生)	平均 基準値	623 650	25.0 21~33
中学校	平均 基準値	795 830	31.0 27~44

みんなで「あわてずに、よくかんで、ゆっくり食べる！」

### リクエストメニュー

●印は、リクエストのあったおもな献立です。楽しみに待っててね♪



◀ 献立表・給食だよりは伊勢崎市のホームページにも掲載しています



〈学校給食費の引落日〉  
**6月分:6月30日(月)**  
引落日の前日までに口座残高等の確認をお願いします。  
幼稚園▶3,700円  
小学校▶3,700円  
中学校▶無償