



6月 こんだてひょう



流山市立八木北小学校

令和7年度

日 に ち	お は し り ょう	こんだてめい		あ か	み ど り	き い ろ		た ん ぱ く じ う(g)			
		ごはん	パン	めん	おかず	デザート	おもにからだをつくる もどになる	おもにからだのちうしを ととのえるもどになる	おもにエネルギーの もどになる	エネルギー (kcal)	
2 (月)		よこはまかいこうきねんび		かいぐんカレー	コールスローサラダ		ぎゅうにゅう ぶたにく ハム	にんじん たまねぎ にんにく しょうが コーン キャベツ きゅうり	こめ むぎ ジャガイモ あぶら バター こむぎこ	664	23.2 24.8 2.2
3 (火)		こんぶごはん	じやがいものそぼろに ゆばのすまじる				ぎゅうにゅう とりにく こんぶ あぶらあげ とうふ ぶたにく ゆば なると	にんじん しょうが たまねぎ こんにゃく いんげん ねぎ えのきだけ こまつな	こめ むぎ さとう ごま じやがいも あぶら	633	29.6 20.4 2.2
4 (水)		むしばよぼうデー ^{やまぐちけんの カミカミメニュー} ざっこくごはん	チキンチキンごぼう しおこんぶあえ しんじやがとわかめのみそしる				ぎゅうにゅう とりにく しおこんぶ わかめ とうふ みそ	ごぼう えだまめ きゅうり にんじん だいこん たまねぎ こまつな	こめ ざっこく でんぶん ごめこ あぶら さとう ごま ジャガイモ	642	25.3 23.1 2.0
5 (木)		チャンポンラーメン	にくだんごのあまざん あじさいポンチ				ぎゅうにゅう とりにく いか かまぼこ ミートボール うずらたまご	しょうが ににく にんじん はくさい もやし しいたけ ねぎ チングンサイ たけのこ たまねぎ ピーマン みかん もも パイン	めん あぶら さとう でんぶん ぶどうゼリー サイダーふうゼリー	619	26.7 23.0 2.4
6 (金)		じゃことひじきの ピラフ	コーンとはんぺんのマヨネーズやき レンズまめのスープ かわちばんかん				ぎゅうにゅう ベーコン ちりめんじやこ ひじき はんぺん とりにく レンズまめ	たまねぎ にんじん ピーマン コーン しめじ えだまめ セロリ ににく かわちばんかん	こめ むぎ あぶら ソイエグ マヨネーズ パンこ じやがいも	624	24.2 19.9 2.3
9 (月)		キムチチャーハン	あげぎょうざ せんぎりやさいのちゅうかスープ ヨーグルト				ぎゅうにゅう ぶたにく なると とりにく とうふ ヨーグルト	にんじん たまねぎ キムチ ぎょうざ えのきだけ キャベツ もやし たけのこ こまつな ねぎ	こめ むぎ あぶら さとう	608	23.9 21.2 2.4
10 (火)		テーブルロール	オムレツのトマトソース リヨネーズポテト ひよこまめのスープ				ぎゅうにゅう オムレツ ベーコン とりにく ひよこまめ	たまねぎ トマト パセリ キャベツ コーン こまつな	パン あぶら さとう じやがいも	610	25.4 23.1 2.4
11 (水)		うめちりめんごはん	にくじやが あつあげのみそしる かわちばんかん				ぎゅうにゅう ちりめんじやこ ぶたにく あつあげ わかめ みそ	うめ たまねぎ にんじん こんにゃく いんげん えのきだけ こまつな かわちばんかん	こめ むぎ ごま じやがいも さとう	623	28.0 17.6 2.4
12 (木)		わけねぎの わふうスパゲティ	くきわかめとやさいのスープ こめこのにんじんむしパン				ぎゅうにゅう ツナ とりにく いとけずり くきわかめ とうにゅう	ににく しょうが たまねぎ キャベツ しめじ わけねぎ にんじん キャベツ こまつな	スパゲティ あぶら じやがいも ごめこ さとう	638	22.9 24.8 2.2
13 (金)		ちばけんみんのひメニュー	いわしのカレーなんばん そくせきづけ チーバくんどんじる	ごはん			ぎゅうにゅう いわし しおこんぶ ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ パプリカ きゅうり にんじん キャベツ だいこん こんにゃく ごぼう わけねぎ こまつな	こめ でんぶん あぶら さとう さつまいも	610	26.8 20.5 2.0
16 (月)		ぶたにくどんぶり	うめおかあえ やさいのごまじる				ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく いとけずり あぶらあげ みそ	にんじん しらたき しょうが ねぎ たまねぎ しいたけ いんげん キャベツ もやし きゅうり うめ だいこん ごぼう ほうれんそう	こめ むぎ さとう じやがいも ごま	617	27.4 19.8 2.4
17 (火)		まっちゃんあげパン	とりにくとやさいのトマトに キャベツとウインナーのスープ				ぎゅうにゅう きなこ とりにく ウインナー	たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム ピーマン コーン あかピーマン ににく キャベツ	パン あぶら さとう ごめこ ジャガイモ	602	24.1 24.3 2.3
18 (水)		カミカミメニュー	ししゃもはるまき こんにゃくサラダ ぐだくさんみそしる	げんまいりいりごはん			ぎゅうにゅう ししゃも ハム とりにく あぶらあげ みそ	サラダ こんにゃく キャベツ ねぎ きゅうり にんじん だいこん たけのこ しいたけ こまつな	こめ げんまい あぶら はるまきのかわ こむぎこ さとう ごま ジャガイモ	600	25.1 20.5 2.2
19 (木)		にくみそやきそば	じゃがいものピリからに あんにんどうふ				ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく	しょうが ににく たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ピーマン キャベツ しめじ もも チングンサイ みかん パイン	めん あぶら さとう ごま ジャガイモ でんぶん あんにんどうふ	605	24.8 21.8 2.3
20 (金)		ハヤシライス	ツナとわかめのサラダ あおうめゼリー				ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ くきわかめ	ににく しょうが たまねぎ にんじん しめじ パセリ きゅうり キャベツ	こめ むぎ あぶら じやがいも ごめこ さとう ごま あおうめゼリー	650	23.0 21.3 2.0
23 (月)		おきなわいれいのひ	もずくスープ クファジューシー	ごはん			ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ もずく とりにく かまぼこ とうふ	しょうが にんじん しいたけ わけねぎ えのきだけ ねぎ こまつな	こめ あぶら さとう こむぎこ くろざとう	630	24.7 20.6 2.2
24 (火)		ごはん	かつおのかくに カラフルきんぴらごぼう とうふとわかめのみそしる				ぎゅうにゅう かつお ぶたにく だいす とうふ わかめ みそ	しょうが ごぼう にんじん ねぎ たけのこ えだまめ パプリカ だいこん えのきだけ こまつな	こめ さとう あぶら ごま	608	32.4 18.1 2.3
25 (水)		しらすねぎ チーズトースト	ウインナーとポテトのカレーいため むぎのリゾットスープ こくさんオレンジ				ぎゅうにゅう しらす チーズ ウインナー とりにく	ねぎ ににく たまねぎ にんじん パセリ セロリ コーン エリンギ こまつな オレンジ	パン あぶら ジャガイモ むぎ	594	26.3 21.4 2.4
26 (木)		ごはん	あじのうめじそあげ きりぼしだいこんのごまづあえ こぼれうめのみそしる	ながれやまさん			ぎゅうにゅう あじ ハム とうふ みそ	しそ うめ きりぼしだいこん にんじん きゅうり たまねぎ えのきだけ ねぎ こまつな えだまめ	こめ こむぎこ こめこ あぶら さとう ごま さつまいも	670	29.9 21.8 2.2
27 (金)		マーボーなすどん	トマトとたまごのワンタンスープ フルーツあえ				ぎゅうにゅう ぶたにく だいす とりにく たまご	なす しょうが ににく ねぎ にんじん たけのこ にら トマト みかん もも パイン	こめ あぶら でんぶん ワンタンのかわ さとう コンニヤクゼリー	682	26.8 21.9 2.1
30 (月)		ごはん	イカのカリンあげ ゆかりあえ とうにゅうみそしる				ぎゅうにゅう いか ぶたにく とうふ みそ とうにゅう	キャベツ にんじん もやし きゅうり たまねぎ だいこん こんにゃく ねぎ こまつな	こめ でんぶん あぶら さとう ごま ジャガイモ	605	27.7 19.3 2.1
※ 食材入荷の都合により、献立が変更になる場合があります。 ※ はし、マスク、ハンカチ、ナプキンは清潔なものをご持参ください。								今月の 平均栄養価	625	26.1 21.3 2.2	
								学校給食 摂取基準	650	27.6 21.6 2.0	

6月2日は、「横浜開港記念日」

1859年(安政6年)6月2日、日米修好通商条約に基づき、横浜港が国際貿易港として開港したことを記念して制定されました。この開港は、日本の近代化と国際化の大きな一歩となる歴史的な出来事でした。また、それと同時にカレーが日本に入ってきたという説をもとに、「横浜カレー記念日」にもなっています。イギリス海軍で提供されていたカレーを日本海軍が取り入れ、日本全国に広がっていましたといわれています。今では、海軍にゆかりの深い横須賀市で「よこすか海軍カレー」が名物料理となっています。

6月15日は、「千葉県民の日」

「県民の日」は、「県民が、郷土を知り、ふるさとを愛する心をはぐくみ、共に次代に誇りうる、より豊かな千葉県を築くことを期する日」として、県の人口が500万人を突破したことを記念して、昭和59年に制定されました。これは、明治6(1873)年6月15日に当時の木更津県、印旛県の両県が合併して千葉県が誕生したことに由来しています。
給食では、千葉県産や流山産の食材を多く取り入れています。6月の千葉県産食材は、人参、玉ねぎ(流山産)、キャベツ、長ねぎ、さやいんげん、小松菜(流山産)、枝豆(流山産)の予定です。13日(金)は、千葉県産、流山産の食材を多く取り入れた献立にしました。

6月23日は、「沖縄慰霊の日」

6月23日の「沖縄慰霊の日」は、沖縄戦犠牲者の靈を慰め世界の恒久平和を願う日です。沖縄戦は、太平洋戦争の末期である1945年に、日本軍と、沖縄諸島に上陸したアメリカ軍を主体とする連合国軍との間で行われた戦いです。沖縄戦では、連合国軍と日本軍を合わせて20万人以上の犠牲者が出了といわれています。そのうち、一般の犠牲者は推計で約10万人です。沖縄県民の4人に1人が命を落とした壯絶な戦いで、甚大な被害がありました。
23日(月)に、沖縄県の郷土料理を取り入れました。「クファジューシー」は炊き込みごはん、「サーティアンダギー」は沖縄風ドーナツです。「もずく」の生産量は、沖縄県が全国1位です。

【給食停止について】

病気等を理由に、連続する5日以上給食の提供が不要となる場合、連絡を受けた3日後(休日を除く)から給食を停止し、給食費の減額が可能となります。給食の停止を希望する場合は、担任又は学校へ必ず申し出てください。その際、「流山市学校給食(停止・再開)届」を学校に提出してください(流山市教育委員会学校教育課のホームページからもダウンロードできます)。給食の停止・再開については、食材発注の都合がありますので、速やかにご連絡をお願いいたします。