



6月 こんだてひょう



令和7年度

流山市立八木北小学校

日 に ち	お お の ち の ち	お お の ち の ち	こんだてめい		あか	みどり	きいろ	エ ネ ル ギ ー (kcal)	たんぱく しつ(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 もとなる	おもにからだのちょうしを ととのえるもとなる	おもにエネルギーの もとなる		しつ(g)	
										しょうじょう しょうじょう
2 (月)			よこはまかいこうきねんぴ		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 じゃがいも あぶら パター こむぎこ	664	23.2 24.8 2.2	
3 (火)			こんぶごはん	じゃがいものそぼろに ゆばのすましじる	ぎゅうにゅう とり こんぶ あぶらあげ とうふ ぶたにく ゆば なた	にんじん しょうが たまねぎ こんにゃく いんげん ねぎ えのきたけ こまつな	こめ むぎ さとう ごま じゃがいも あぶら	633	29.6 20.4 2.2	
4 (水)			むしばよぼうデー カミカミメニュー ざつこくごはん	チキンチキンごぼう しおこんぶあえ しんじゃがとわかめのみそじる	ぎゅうにゅう とり 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 ざつこく でんぱん こめこ あぶら さとう ごま じゃがいも	642	25.3 23.1 2.0	
5 (木)			チャンポンラーメン	にくだんごのあまずあん あじさいポンチ	ぎゅうにゅう とり いか かまぼこ ミートボール うずらたまご	しょうが にんにく にんじん はくさい もやし しいたけ ねぎ チンゲンサイ 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 でんぱん 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 ちりめんじゃこ 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 にんにく かわちばんかん	こめ むぎ あぶら パジャママヨネーズ パンこ じゃがいも	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 なた 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 えのきたけ 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 じゃがいも	610	25.4 23.1 2.4	
11 (水)			うめちりめんごはん	にくじゃが あつあげのみそじる かわちばんかん	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ 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 えのきたけ こまつな かわちばんかん	こめ むぎ ごま じゃがいも 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	にんにく 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 じゃがいも こめこ さとう	638	22.9 24.8 2.2	
13 (金)			ちばけんみんのひメニュー ごはん	いわしのカレーなんばん そくせきづけ チーバくんとんじる	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 でんぱん 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 いたけずり あぶらあげ みそ	にんじん しらす 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 じゃがいも ごま	617	27.4 19.8 2.4	
17 (火)			まっちゃあげパン	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 にんにく キャベツ	パン あぶら さとう こめこ じゃがいも	602	24.1 24.3 2.3	
18 (水)			カミカミメニュー げんまいいりごはん	ししゃもはるまき こんにゃくサラダ ぐだくさんみそじる	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 じゃがいも	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 にんにく 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 チンゲンサイ みかん パイン	めん あぶら さとう ごま じゃがいも でんぱん 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	にんにく 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 じゃがいも こめこ 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 クファージュシー	もずくスープ サーターアングギー	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 えのきたけ ねぎ こまつな	こめ あぶら さとう こむぎこ くらざとう	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じる	ぎゅうにゅう かつお ぶたにく だいず 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 えのきたけ 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 にんにく 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 じゃがいも むぎ	594	26.3 21.4 2.4	
26 (木)			ごはん	あじのうめじそあげ きりぼしだいのこのごまずあえ こぼれうめのみそじる えだまめ	ぎゅうにゅう あじ ハム とうふ みそ	しそ うめ きりぼしだいのこ にんじん きゅうり たまねぎ えのきたけ 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 だいず とりにく たまご	なす しょうが にんにく 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 でんぱん ワンタンのかわ さとう ゴンニャクゼリー	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 とうにゅうみそじる	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 でんぱん あぶら さとう ごま じゃがいも	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各持参ください。								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ったといわれています。今では、海軍にゆかりの深い横浜賀市で「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、さいいんげん、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、沖縄戦犠牲者の霊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たといわれています。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人が命を落とした壮絶な戦いで、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。「クファージュシー」は炊き込みごはん、「サーターアングギー」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。