



令和8年 6月 献立予定表(A)

薩摩川内市立
川内学校給食センター



献立は市のホームページでも確認できます。

日曜	こんだて名		おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	調味料など	えいようか		下線が引いてある食品の主な原材料 【特定原材料9品目(しょうゆ由来の小麦は除く)】	
	主食	牛乳					おかず	エネルギー(kcal)		たんぱく質(g)
1月	①横カットパン	②牛乳	③ミートボールと豆のトマト煮 ④白身魚フライ ⑤ノンエッグタルタルソース	①コッパパン ③オリーブオイル さんおんとう ④なたねあぶら ⑤ノンエッグタルタルソース	②ぎゅうにゅう ③ミートボール いんげんまめ ④しろみぎかなフライ	③にんにん たまねぎ セロリ プロッコリー しめじ トマト にんにく	③とりがらスープ コンソメ こしょう あかワイン うすくちしょうゆ	664 783	27.5 31.8	細い下線の加工食品は、給食食材の原材料名【食物アレルギー対応】に掲載してあります。
2火	①麦ごはん	②牛乳	③豆腐のくず汁 ④豚肉とごぼうのきんぴら	①こめ おおむぎ ③じゃがいも さんおんとう でんぷん ④さんおんとう ごま ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく とうふ ④ぶたにく さつまあげ	③だいこん にんにん しいたけ ふかねぎ ④たけのこ にんにん ごぼう	③かつおぶし うすくちしょうゆ ④うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん さけ いちみつとうがらし	608 734	26.9 32.1	ノンエッグタルタルソース 食用植物油 醸造酢 水あめ 砂糖 ビクルス 大豆粉 粉末状大豆たん白 乾燥玉葱 香辛料 酵母エキス レモン果汁 こんにやく精粉 乾燥パセリ 増粘多糖類 酸味料 香辛料抽出物 着色料 ミヨウバン ミートボール 鶏肉 豚肉 たまねぎ でんぷん 大豆油 粉末状植物性たん白 水あめ チキンオイル 香辛料 ドロマイト ピロリン酸鉄 焼成カルシウム 白身魚フライ【小麦】 ほき 小麦粉 小麦粉 でんぷん 炭酸カルシウム ピロリン酸鉄 さつまあげ【小麦】 魚肉(タラ、イトヨリ、エリ) 植物油 でんぷん(小麦、ばれいしょ) 砂糖 植物性たん白 地酒 調味料 発酵調味料 ぶどう糖 ごまドレッシング 食用植物油 醸造酢 砂糖 水あめ たん白加水分解物 いりごま 乳化剤 ねりごま 酵母エキス 増粘剤 香料 酵母エキスパウダー ほくしきさみ 鶏ささみ肉 たまねぎ 寒天 野菜エキス(にんにん、玉ねぎ、白菜、 セロリ) マイタケエキス 錦糸卵【卵】 鶏卵 砂糖 醸造酢 大豆油 調味料 デキストリン 加工でんぷん 増粘多糖類 たくあん 大根 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 アミノ酸液 醸造酢 酵母エキス ぬか類 クリーム(植物性) 大豆 にんにんドレッシング 大豆油 にんにん 砂糖 たまねぎ 醸造酢 オレンジ果汁 レモン果皮 増粘剤 調味料 セルロース 香料 着色料 香辛料抽出物 あじさいゼリー ぶどう果汁 ぶどう糖 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 砂糖 ゲル化剤 酸味料 ビタミンC クエン酸鉄Na 着色料 香料 水あめ いわしのみそ煮 いわし みそ 砂糖 発酵調味料 増粘剤 ウインナー 豚肉 豚脂 大豆たん白 砂糖 香辛料 加工でんぷん L-グルタミン酸 Na 酵素製剤 コラーゲンケーシング ウスターソース トマト 玉ねぎ 醸造酢 にんにく にんにん 砂糖 香辛料 着色料 糸かまぼこ たら 昆布エキス かつお節エキス 米でんぷん みりん 砂糖 酵母エキス タピオカでんぷん 鶏レバーの竜田揚げ 鶏肝 でんぷん なたね油 パーム油 増粘剤 しょうゆ 味噌 砂糖 酒精 しょうが にんにく 果糖ぶどう糖液糖 アミノ酸等 醸造酢 大豆ふりかけ 大豆 ごま しょうゆ 砂糖 ドロマイト マッシュポテト 黒のり でんぷん たん白加水分解物 みりん かぼちゃ 水あめ 昆布エキス 酵母エキス ピロリン酸第二鉄 加工でんぷん 酸化防止剤 着色料 ねりうめ 梅 りんご 砂糖 調味料 着色料 香料
3水	①黒糖パン	②牛乳	③山菜うどん ④ごまドレサラダ	①コッパパン くろごとう ③うどん ④ごまドレッシング	②ぎゅうにゅう ③とりにく あぶらあげ ④かんでん	③にんにん しいたけ わらび えのきたけ みずな やまうど たけのこ なめこ こまつな ④きゅうり コーン キャベツ	③こんば にぼし うすくちしょうゆ さけみりん	650 802	25.1 30.4	
4木	①薩摩川内米ごはん	②牛乳	③鶏飯風どんぶり ④里いもの肉みそかけ	①さつませんだいまい おおむぎ ④さといも さんおんとう でんぷん ごま サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③ほくしきさみ きんしたまご ④ぶたにく だいず こめみそ むぎみそ	③はねぎ ゆず にんにん しいたけ たくあん ④にんにん えだまめ しょうが	③とりがらスープ うすくちしょうゆ みりん ④こいくちしょうゆ	602 728	28.6 34.2	
5金	①米粉入りパン	②牛乳	③ほうれん草のクリームシチュー ④にんにんサラダ ⑤あじさいゼリー	①こめこいりパン ③じゃがいも クリーム(植物性) とうにゅうマーガリン ④にんにんドレッシング ⑤あじさいゼリー	②ぎゅうにゅう ③とりにく とうにゅう ④かんでん	③たまねぎ にんにん ほうれん草 マッシュルーム ④にんにん きゅうり カリフラワー えだまめ	③こめこホワイトルー とりがらスープ しょうゆ コンソメ こしょう	636 776	23.4 28.1	
8月	①薩摩川内米ごはん	②牛乳	③筑前煮 ④いわしのみそ煮	①さつませんだいまい おおむぎ ③さといも ざらめ サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく あつあげ ④いわしのみそ	③にんにん たけのこ ごぼう こんにやく れんこん いんげん しょうが	③かつおぶし こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん	631 741	27.4 30.9	
9火	①ナン	②牛乳	③ゴロゴロ野菜のスープ煮 ④ドライカレー	①ナン ③じゃがいも オリーブオイル ④さんおんとう サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③ウインナー ④ぶたにく ひよこまめ だいず	③たまねぎ にんにん だいこん ズッキーニ プロッコリー ④にんにん たまねぎ ピーマン にんにく しょうが プルーン	③とりがらスープ うすくちしょうゆ コンソメ こしょう ④あかワイン カレールー ウスターソース ケチャップ カレーこ ナツメグ	697 815	30.9 36.2	
10水	①麦ごはん	②牛乳	③沢煮椀 ④レバーの梅和え ⑤大豆ふりかけ	①こめ おおむぎ ③でんぷん ④なたねあぶら さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく いとかまぼこ ④とりにく たつたあげ ⑤だいずふりかけ	③だいこん にんにん たけのこ ごぼう しいたけ こまつな ④ねりうめ	③かつおぶし うすくちしょうゆ さけ ④みりん	678 819	29.0 34.5	
11木	①バターロールパン	②牛乳	③中華コーンスープ ④大豆と野菜のガーリックソテー	①コッパパン ③ごまあぶら でんぷん ④オリーブオイル	①たまご ②ぎゅうにゅう ③とりにく とうふ ④ぶたにく だいず	③にんにん コーン チンゲンサイ もやし きくらげ えのきたけ ④にんにん キャベツ アスパラガス にんにく	③とりがらスープ うすくちしょうゆ ちゅうかだし こしょう ④こしょう うすくちしょうゆ コンソメ	643 797	29.8 36.3	
12金	①麦ごはん	②牛乳	③あおさのみそ汁 ④あじの南蛮漬	①こめ おおむぎ ③じゃがいも ④でんぷん なたねあぶら さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③あおさのり あつあげ こめみそ むぎみそ ④あじ	③しいたけ ふかねぎ たけのこ にんにん ④たまねぎ パプリカ	③かつおぶし ④す うすくちしょうゆ いちみつとうがらし	602 724	25.7 30.1	

◆◆【献立名の番号について】献立名と、その料理に使用している食品に同じ番号をつけています。◆◆



6月は食育月間

6月は「食育月間」です。食べることは、私たちが生きていく上で欠かすことのできないものであり、何をどのように食べるかがとても大切です。
食べることをあらためて見直し、できることから取り組んでみませんか？

未来へつながる食をを考えよう

○自分の健康のためにできること

○食の未来のためにできること

朝ごはんを食べる習慣をつける。



ゆっくり、よくかんで食べる。

塩分のとり過ぎに気をつけ、「減塩」を心がける。



食べ物は何からできているか、どこから来るのかを知る。

地域でとれたものや、環境に配慮した食品を選ぶ。



食べ物の無駄をなくし、食品ロスを減らす。



令和8年 6月 献立予定表(A)

薩摩川内市立川内学校給食センター

日曜	こんだて名		おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	調味料など	えいようか		下線が引いてある食品の主な原材料 【特定原材料9品目(しょうゆ由来の小麦は除く)】	
	主食	牛乳					おかず	エネルギー(kcal)		たんぱく質(g)
15月	①米粉入りパン 	②牛乳	③スパゲッティボンゴレ ④カラフル野菜ソテー ⑤ヨーグルト	①こめこいりパン ③スパゲッティ オリーブオイル ④サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③あさり ベーコン ④とりにく ⑤ヨーグルト	③にんじん たまねぎ ほうれんそう しめじ にんにく ④にんじん ブロッコリー ピーマン パプリカ	③とりがらスープ コンソメ うすくちしょうゆ ④しおこうじ こしょう	649 800	31.2 37.5	細い下線の加工食品は、給食食材の原材料名【食物アレルギー対応】に掲載してあります。
16火	①麦ごはん 	②牛乳	③ハヤシライス ④アセロラポンチ	①こめ おおむぎ ③じゃがいも さんおんとう サラダあぶら ④なたでこ アセロラジュレ	②ぎゅうにゅう ③ぎゅうにゅう	③にんじん たまねぎ グリーンピース マッシュルーム トマト にんにく ④おうとう はくとう パイナップル みかん	③ケチャップ ハヤシルー デミグラスソース コンソメ こしょう あかワイン	628 760	21.4 25.3	ベーコン 豚も肉 大豆たん白 砂糖 酵母エキス リン酸塩 カラギーナン L-グルタミン酸 Na 香辛料抽出物 ヨーグルト【乳】 脱脂粉乳 砂糖 全粉乳 ゼラチン ぶどう糖果糖液糖 寒天 香料 ピロリン酸鉄 乳酸カルシウム 種菌 塩こうじ 米こうじ 酒精 なたでこ なたでこ 砂糖 酸味料 アセロラジュレ 水あめ 果糖ぶどう糖液糖 アセロラ果汁 りんご果汁 酸味料 ゲル化剤 加工でん粉 着色料 香料 バター【乳】 生乳 生クリーム【乳】 生乳 ベシヤメルソース【乳・小麦】 植物油 脱脂粉乳 ホエイパウダー 全粉乳 チーズ 小麦粉 たん白加水分解物 昆虫エキス 乳等を主要原料とする食品 酵母エキス ほうたけエキス オニオン 香草焼きシーズニング コーングリッツ ガーリック でんぷん ホワイトペッパー パプリカ セージ パセリ レモン タラゴン ディルワイード 調味料 増粘剤 ちくわ【卵】 魚肉(タラ、イトヨリ、卵) でんぷん 砂糖 ビタミンC ぶどう糖 調味料 キシロース ソルビトール パテキャラメル【乳】 水あめ 砂糖 加糖脱脂練乳 増粘剤 ドロマイト カラメルシロップ 乳化剤 香料 カクテルウイナー 豚肉 豚脂肪 水あめ 大豆たん白 砂糖 香辛料 加工でん粉 調味料 リン酸塩(Na) きびなごフライ【小麦】 きびなご ポテトフレーク パン粉 でんぷん 小麦粉 植物性たん白 なたね油 シークワーサーゼリー グラニュー糖 シークワーサー果汁 ぶどう糖果糖液糖 こんにやく粉 ゲル化剤 香料 酸味料 着色料 クエン酸第一鉄 Na ビタミンC ハンバーグ 豚肉 鶏肉 たまねぎ 植物性たん白 豚脂 難消化性デキストリン 果糖ぶどう糖液糖 でんぷん ドロマイト ぶどう糖加工品 ポーキエキス 発酵調味料 加工油脂 酵母エキス チキンブイヨン 加工でん粉 クエン酸鉄 Na ふわっといちご 植物油 豆乳クリーム 砂糖類 でん粉 砂糖 もち粉 麦芽糖 いちご コーンスターチ 食物繊維 ぶどう糖果糖液糖 水飴 着色料 粉飴 こんにやく粉 ビタミンC 乳化剤 増粘剤 pH調整剤 香料 セルロース 酸化防止剤 酸味料 おとうふがんも 豆腐 なたね油 にんじん でんぷん ぎょうざ【小麦】 キャベツ たまねぎ 豚肉 鶏肉 でんぷん加工食品 しょうゆ 砂糖 酵母エキス しょうが 香辛料 加工でんぷん 炭酸カルシウム トレハロース 調味料 ピロリン酸鉄 乳化剤 安定剤 小麦粉 大豆油 でんぷん 大豆粉 ぶどう糖 フレンチドレッシング 食用植物油 醸造酢 砂糖 水あめ ぶどう糖果糖液糖 香辛料 調味料 増粘多糖類 香辛料抽出物 りんごジャム りんご 食物繊維 砂糖 ゲル化剤 酸味料 香料 トマトソース トマト たまねぎ パプリカ 砂糖 白ワイン 大豆油 にんにく 香辛料 クエン酸 のむヨーグルトプレーン【乳】 脱脂粉乳 砂糖 リン酸カルシウム 香料 安定剤 ビタミンD 種菌
17水	①コッペパン 	②牛乳	③しらす干しのミルクスープ ④鶏肉のハーブ焼き	①コッペパン ③じゃがいも バター なまクリーム	②ぎゅうにゅう ③しらす干し ベーコン ぎゅうにゅう ④とりにく	③にんじん たまねぎ しめじ チンゲンサイ	③ベシヤメルソース コンソメ こしょう ④こうそくやきシーズニング しろワイン	697 875	30.9 38.8	
18木	①薩摩川内米 ごはん 	②牛乳	③高野豆腐の卵とじ ④きわかめのごま酢和え	①さつませんだいまい おおむぎ ③さんおんとう サラダあぶら ④さんおんとう ごまあぶら ごま	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく こうやどうふ たまご ちくわ ④きわかめ	③にんじん たまねぎ キャベツ こまつな ④にんじん コーン えだまめ ぎゅうり	③かつおぶし こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん ④す うすくちしょうゆ	606 732	26.1 31.2	
19金	①コッペパン 	②牛乳	③ポトフ ④きびなごフライ ⑤パテキャラメル	①コッペパン ③じゃがいも ④なたねあぶら ⑤パテキャラメル	②ぎゅうにゅう ③カクテルウイナー ひよこまめ あかいんげんまめ マローファットピース ④きびなごフライ	③にんじん たまねぎ ズッキーニ ピーマン セロリ トマト にんにく ④たまねぎ	③とりがらスープ うすくちしょうゆ コンソメ こしょう	689 849	28.1 34.0	
22月	①麦ごはん 	②牛乳	③もずくスープ ④タマナーチャンプルー ⑤シークワーサーゼリー	①こめ おおむぎ ③ごまあぶら でんぷん ④さんおんとう サラダあぶら ⑤シークワーサーゼリー	②ぎゅうにゅう ③とりにく もずく ④ぶたにく とうふ さつまあげ かつおぶし	③たまねぎ にんじん たけのこ しょうが えのきたけ チンゲンサイ ④キャベツ にんじん	③とりがらスープ ちゅうかだし うすくちしょうゆ さけ ④さけ みりん うすくちしょうゆ	593 709	24.9 29.6	
23火	①丸カット パン 	②牛乳	③ミネストローネ ④ハンバーグの和風たまねぎソース	①コッペパン ③じゃがいも オリーブオイル さんおんとう ④さんおんとう でんぷん	②ぎゅうにゅう ③とりにく ④ハンバーグ	③たまねぎ にんじん ズッキーニ ピーマン セロリ トマト にんにく ④たまねぎ	③とりがらスープ コンソメ あかワイン うすくちしょうゆ こしょう ④こいくちしょうゆ さけ みりん	630 786	27.1 33.5	
24水	①薩摩川内米 ごはん 	②牛乳	③根菜とがんとどきの煮物 ④切干大根の酢のもの ⑤ふわっといちご	①さつませんだいまい おおむぎ ③さといも サラダあぶら さんおんとう ④さんおんとう ごまあぶら ⑤ふわっといちご	②ぎゅうにゅう ③とりにく おとうふがんも	③にんじん だいこん れんこん いんげん こんにやく しょうが ④ざりほしだいこん にんじん キャベツ ぎゅうり	③かつおぶし うすくちしょうゆ さけみりん ④うすくちしょうゆ す	686 813	22.4 26.3	
25木	①米粉入り パン 	②牛乳	③コーンポタージュ ④鶏肉と野菜のカレーソテー	①こめこいりパン ③クリーム(植物性) とうにゅうマーガリン ④サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③ベーコン ④とりにく かんでん	③たまねぎ コーン にんじん パセリ マッシュルーム ④たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン	③こめこホワイトルー コンソメ こしょう とりがらスープ ④カレー こしょう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さけみりん	672 828	25.6 30.9	
26金	①麦ごはん 	②牛乳	③八宝菜 ④ぎょうざ(2こずつ)	①こめ おおむぎ ③さんおんとう でんぷん ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく いか えび ④ぎょうざ	③にんじん たまねぎ はくさい しめじ たけのこ きくらげ チンゲンサイ しょうが	③うすくちしょうゆ さけ ちゅうかだし	601 732	29.0 34.8	
29月	①コッペパン 	②牛乳	③ポークビーンズ ④フレンチサラダ ⑤りんごジャム	①コッペパン ③じゃがいも サラダあぶら さんおんとう ④フレンチドレッシング ⑤りんごジャム	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく だいず ひよこまめ あかいんげんまめ マローファットピース ④かんでん	③たまねぎ マッシュルーム にんにく トマト ④にんじん キャベツ きゅうり コーン	③ケチャップ トマトソース こしょう コンソメ	648 790	27.3 33.1	
30火	①麦ごはん 	②牛乳	③わかめスープ ④ビビンバ ⑤のむヨーグルトプレーン(中のみ)	①こめ おおむぎ ③ごまあぶら ごま ④さんおんとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく とうふ わかめ あぶらあげ ④ぎゅうにゅう こめみそ ⑤のむヨーグルトプレーン	③にんじん たまねぎ チンゲンサイ たけのこ しょうが ④にんじん ぜんまい ほうれんそう こたけいずみやし にんにく	③とりがらスープ うすくちしょうゆ ちゅうかだし こしょう ④うすくちしょうゆ コチュジャン いちみつどうがらし	601 801	26.5 36.2	

◆◆「CaFeメニュー」は15日です。◆◆

※CaFeメニュー: 不足しがちな栄養素のカルシウム(Ca)や鉄(Fe)が多くとれるメニューです。

◆◆【さつませんだい食育の日】は17日です。◆◆

※さつませんだい食育の日: 鹿児島県の郷土料理や地産地消を通して食文化や産業などについて学ぶメニューです。

