



令和8年 6月 献立予定表(B)

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	おもに体の調子をを整えるもとになる食品	ちょうみりょう調味料など	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 にんじん しいたけ ふかねぎ ④たけのこ にんじん 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	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にんじん 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	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 植物油たん白 地酒 調味料 発酵調味料 ぶどう糖 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 ビュルス 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 乾燥バセリ 増粘多糖類 酸味料 香辛料抽出物 着色料 ミョウバン ミートボール 鶏肉 豚肉 たまねぎ でん粉 大豆油 粉末状植物油たん白 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 パン粉 小麦粉 でんぷん 炭酸カルシウム ビロリン酸鉄 ほぐしざさみ 鶏ささみ肉 たまねぎ 寒天 野菜エキス(にんじん、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 加工でん粉 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 醸造酢 酵母エキス ぬか類 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 いわしのみそ煮 いわし みそ 砂糖 発酵調味料 増粘剤 クリーム(植物性) 大豆 にんじんだレッシング 大豆油 にんじん 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 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 タビオカでんぷん 鶏レバーの竜田揚げ 鶏肝 でん粉 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 ビロリン酸第二鉄 加工でん粉 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 ウインナー 豚肉 豚脂 大豆たん白 砂糖 香辛料 加工でん粉 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 にんじん 砂糖 香辛料 着色料
3水	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ほぐしざさみ 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 にんじん しいたけ たくあん ④にんじん 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	
4木	①黒糖パン 	②牛乳	③山菜うどん ④ごまドレサラダ	①コッパン くろざとう 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にんじん 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こんぶ にぼし うすくちしょうゆ さけみりん	650 802	25.1 30.4	
5金	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いわしのみそに	③にんじん 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	
8月	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にんじんサラダ 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にんじんだレッシング 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 にんじん ほうれん草 マッシュルーム ④にんじん 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 しろワイン コンソメ こしょう	636 776	23.4 28.1	
9火	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 いとがまぼこ ④とりレバーのたつたあげ ⑤だいずふりかけ	③だいこん にんじん 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	
10水	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 にんじん だいこん ズッキーニ プロッコリー ④にんじん たまねぎ ピーマン にんにく しょうが ブルーン	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	
11木	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 にんじん 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	
12金	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にんじん コーン チンゲンサイ もやし きくらげ えのきたけ ④にんじん 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	

◆◆【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」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付け、「減塩」を心がける。

食べ物が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(B)

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ナタデココ アセロラジュレ	②ぎゅうにゅう ③ぎゅうにく	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 パインアップル 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	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。 ナタデココ ナタデココ 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 ベーコン 豚もも肉 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 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 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】 植物油脂 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 ほたてエキス 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 ディルウィード 調味料 増粘剤 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 こんにゃく粉 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 パテキャラメル【乳】 水あめ 砂糖 加糖脱脂練乳 増粘剤 ドロマイド 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 ふわっといちご 植物油脂 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 こんにゃく粉 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 おうふうがんも 豆腐 なたね油 にんじん でんぷん 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 ドロマイド 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 ぎょうざ【小麦】 キャベツ たまねぎ たら 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 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 フレンチドレッシング 食用植物油脂 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
16火	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とりこ 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	
17水	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 こまごめ たまご ちくわ ④きわかめ	③にんじん たまねぎ たまねぎ キャベツ こまつな ④にんじん コーン えだまめ きゅうり	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	
18木	①コッペパン 	②牛乳	③しらすましのミルクスープ 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しらすまし ベーコン ぎゅうにゅう ④とりこ	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こうそうやしシーズニング しろワイン	697 875	30.9 38.8	
19金	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とりこ 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 たまねぎ たけのこ しょうが えのきだけ 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	
22月	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 キャベツ	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	
23火	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切干大根の酢の物 ⑤ふわっといちご	①さつませんだいまい おおむぎ ③さいとも 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とりこ おうふうがんも	③にんじん だいこん れんこん いんげん こんにゃく しょうが ④きりぼしだいこん にんじん キャベツ きゅうり	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	
24水	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とりこ 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	
25木	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	
26金	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とりこ かんでん	③たまねぎ にんじん パセリ コーン 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 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	
29月	①麦ごはん 	②牛乳	③わかめスープ ④ピビンバ 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とりこ とうふ わかめ あぶらあげ ④ぎゅうにく 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 こだいずもやし 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 コチユジャン いちみつどうがらし	601 801	26.5 36.2	
30火	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	

◆◆「CaFeメニュー」は16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18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場産物を通して食文化や産業などについて学ぶメニューです。

