

7月予定献立表



日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間・ 血や肉になる		黄の仲間・ 熱や力の元になる		緑の仲間・ 体の調子を整える		エネルギー たんぱく質
				たんぱく質を多く含む食品	無機質を多く含む食品	炭水化物を多く含む食品	脂質を多く含む食品	カロテンを多く含む食品	ビタミンCを多く含む食品	
1月	和風きのこスパゲティ	○	糸寒天サラダ 明日葉ケーキ	豚もも小間,たまご	刻みのり,飲用牛乳,糸寒天,プレーンヨーグルト	スパゲッティ,三温糖,薄力粉	油,オリーブ油,バター,アーモンドスライス	にんじん,ピーマン,あしたば	にんにく,玉ねぎ,エリンギ,しめじ,マッシュルーム缶,キャベツ,きゅうり,だいこん,レモン	838 kcal 30.0 g
2火	たこめし	○	筑前煮 豆乳仕立ての野菜汁 ごまの甘辛大豆	まだこ,鶏ひなもも,豚もも小間,油揚げ,豆乳,白みそ,赤みそ,大豆	あおのり,飲用牛乳,生わかめ	精白米,板こんにゃく,さといも,じゃがいも,三温糖,澱粉	油,米ぬか油,白いりごま	にんじん,さやいんげん	干し椎茸,しょうが,ごぼう,たけのこ,だいこん,はくさい,ねぎ	804 kcal 30.6 g
3水	セサミトースト	○	ホワイトシチュー サイコロサラダ	鶏ひなもも,ベーコン	飲用牛乳,調理用牛乳,生クリーム,ミックステーズ	食パン,グラニュー糖,じゃがいも,薄力粉	ソフトマーガリン,練りごま,白すりごま,白いりごま,油,バター	にんじん,ブロッコリー,赤ピーマン	玉ねぎ,セロリ,マッシュルーム缶,キャベツ,ホールコーン,きゅうり	882 kcal 27.9 g
4木	海鮮かき揚げ天丼	○	海苔おかか和え 鶏ごぼう汁	いか 短冊,むきえび,たまご,おかか,鶏ひなもも,豆腐,麦みそ,大豆	飲用牛乳,焼きのり	精白米,薄力粉,上白糖,板こんにゃく	米ぬか油	にんじん,根みつば,こまつな	玉ねぎ,もやし,ごぼう,干し椎茸,ねぎ	807 kcal 30.7 g
5金	七夕行事食 ちらし寿司	○	鯖のごまだれ焼き 七夕スープ 七夕ゼリー	油揚げ,さわら,鶏ひなもも	飲用牛乳,粉寒天	精白米,三温糖,そうめん,おふ,上白糖	白いりごま,ナタデココ	にんじん,さやえんどう,オクラ	かんぴょう,たけのこ,干し椎茸,えのきたけ,だいこん,ねぎ,りんごジュース,黄桃缶	812 kcal 34.9 g
6土	土曜授業 給食はありません									
8月	世界の料理:韓国 麦御飯+韓国のりふりかけ	○	チャプチェ トックスープ さくらんぼ	豚もも小間,鶏ひなもも,たまご	焼きのり,飲用牛乳	精白米,麦,三温糖,はるさめ,上白糖,トック,澱粉	ごま油,白いりごま,油,白すりごま	にんじん,ピーマン,赤ピーマン,チンゲンツアイ	にんにく,玉ねぎ,しょうが,ねぎ,干し椎茸,さくらんぼ	837 kcal 27.6 g
9火	麦ご飯	○	冬瓜のスープ ししゃもの胡麻揚げ 小松菜とパノのソテー	鶏ひなもも挽肉,ベーコン	飲用牛乳,ししゃも	精白米,麦,はるさめ,澱粉,薄力粉	油,ごま油,白いりごま,米ぬか油,バター	にんじん,こまつな	とうがん,干し椎茸,キャベツ	811 kcal 27.4 g
10水	肉みそあんかけうどん	○	かきたま汁 白玉入りフルーツポンチ	豚もも挽肉,赤みそ,八丁味噌,たまご,絹ごし豆腐	飲用牛乳	冷凍うどん(細),三温糖,澱粉,白玉粉	ごま油,油,白いりごま	にんじん,ピーマン,赤ピーマン,こまつな	しょうが,にんにく,ねぎ,玉ねぎ,もやし,たけのこ,パイン缶,黄桃缶,みかん缶	824 kcal 34.6 g
11木	給食試食会 えびクリームライス	○	ハニーサラダ 小玉すいか	ベーコン,鶏ひなもも小間,むきえび	調理用牛乳,生クリーム,ミックステーズ,飲用牛乳	精白米,薄力粉,じゃがいも,はちみつ	バター,油,大豆油,米ぬか油,ひまわり油	にんじん,パセリ	にんにく,しょうが,玉ねぎ,マッシュルーム缶,きゅうり,キャベツ,小玉すいか	898 kcal 27.3 g
12金	郷土料理:北海道 昆布ご飯	○	鮭の野菜みそかけ どさんこ汁 芋もち(みたらし)	鶏ひなもも小間,油揚げ,鮭,白みそ,豚もも小間,豆腐	細切り昆布,飲用牛乳,調理用牛乳,生わかめ	精白米,三温糖,じゃがいも,澱粉	油,マヨネーズ,バター	にんじん,ピーマン	玉ねぎ,キャベツ,ホールコーン,ねぎ	868 kcal 40.0 g
15月	海の日									
16火	セレクト給食 きなこ揚げパン ココア揚げパン	○	エビ入りマカロニスープ 海藻サラダ	きな粉,むきえび,鶏ひなもも,絹ごし豆腐	飲用牛乳,サラダ海藻,生わかめ	コッペパン,上白糖,じゃがいも,マカロニ,糸こんにゃく(白),三温糖	大豆油,ごま油	にんじん,こまつな	しょうが,キャベツ,たけのこ,きくらげ,玉ねぎ	831 kcal 34.4 g
17水	夏野菜カレーライス	○	カラフルサラダ 美生柑	鶏ひなもも	ミックステーズ,飲用牛乳	精白米,麦,じゃがいも,薄力粉	油,バター	にんじん,かぼちゃ,さやいんげん,ピーマン	にんにく,しょうが,玉ねぎ,なす,キャベツ,ホールコーン,きゅうり,美生柑	902 kcal 22.9 g
18木	ジャージャー麺	○	枝豆のサラダ にんじんケーキ	豚ひき肉,大豆,八丁味噌,ひよこまめ,たまご	飲用牛乳,調理用牛乳	蒸し中華めん,三温糖,澱粉,薄力粉	油,ごま油,バター	にんじん,にら	しょうが,にんにく,ねぎ,干し椎茸,たけのこ,えだまめ,きゅうり,キャベツ,レモン,オレンジジュース	896 kcal 32.4 g
19金	ゆかり御飯	○	コロッケ 豚汁 ポイルキャベツ	豚もも挽肉,たまご,豚もも小間,豆腐,白みそ	飲用牛乳	精白米,麦,じゃがいも,三温糖,薄力粉,パン粉,板こんにゃく	油,米ぬか油	ゆかり,にんじん,こまつな	玉ねぎ,だいこん,ごぼう,ねぎ,キャベツ	856 kcal 31.2 g

※材料仕入れの都合により献立名、献立食材を変更する場合がございます。ご了承下さい。

◆学納金(給食費・教材費・PTA会費)の引落しが、7月5日(金)にあります。

1学年(9,540円)2学年(9,655円)3学年(11,948円)の徴収となりますので、前日まで郵便局の口座に入金をお願い致します。その他に10円の引落とし手数料のご負担をお願いします。

※2年生は職場体験のため7月10日(水)~12(金)の給食はありません。



