

7月学校給食献立表

幼稚園用

日	献立	おもにエネルギーの もとなる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくる もとなる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整える もとなる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
1日 (水)	セルフチキンライス レタススープ	精白米 油	牛乳 鶏肉 豚肉	にんじん 玉ねぎ ピーマン レタス 玉ねぎ にんじん	塩 コショウ ケチャップ コンソメ 鶏がら ローリエ コンソメ 塩 コショウ うすろしようにゆ
2日 (木)	八宝菜 わかさぎのからあげ	黒糖パン 油 片栗粉 ごま油	牛乳 豚肉 かまぼこ	たけのこ 白菜 玉ねぎ にんじん 緑豆もやし 干しいたけ 土しょうが	塩 コショウ 鶏がら 中華スープ うすろしようにゆ
3日 (金)	豚肉ときゅうりの塩昆布炒め なすのみそ汁	精白米 油	牛乳 豚肉 塩昆布 うすあげ わかめ みそ	土しょうが きゅうり 水なす 玉ねぎ しめじ 青ねぎ	酒 うすろしようにゆ 削り節
6日 (月)	ポークビーンズ キャベツとツナのサラダ	コッペパン いちごジャム じゃがいも 砂糖 油 ごま油 砂糖 すりごま	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン ツナ油漬け	玉ねぎ にんじん グリンピース にんじん キャベツ コーン	ソース ケチャップ ローリエ 鶏がら コンソメ 塩 コショウ 酢 こいしようにゆ 塩
7日 (火)	菜飯 七タにゅうめん 豚肉と野菜の香り炒め	精白米 そうめん 油	牛乳 鶏肉 かまぼこ うすあげ 豚肉	炊き込み用青菜(味付) 白菜 にんじん オクラ にんじん たら まいたけ にんにく	うすろしようにゆ 削り節 こいしようにゆ 塩 コチュジャン コショウ 酒
8日 (水)	中華丼 わかめスープ	精白米 砂糖 片栗粉 ごま油	牛乳 豚肉 わかめ	にんじん 小松菜 白菜 玉ねぎ 土しょうが 干しいたけ にんじん キャベツ えのきたけ 青ねぎ	酒 中華スープ こいしようにゆ オイスターソース 鶏がら うすろしようにゆ 中華スープ 塩 コショウ
9日 (木)	ラタトゥイユ コーンスープ ヨーグルト	コッペパン オリーブ油 油	牛乳 ベーコン 豚肉 卵 ヨーグルト	玉ねぎ 水なす ブルッキニー 黄パプリカ トマト缶 にんにく 玉ねぎ にんじん コーン クリームコーン	ケチャップ ローリエ 塩 コショウ 鶏がら ローリエ コンソメ 塩 うすろしようにゆ コショウ
10日 (金)	さばのみそ煮 けんちん汁	精白米 砂糖 里芋	牛乳 さば 白みそ 赤みそ 豆腐 うすあげ 鶏肉	土しょうが 大根 にんじん 青ねぎ ささがきごぼう	酒 こいしようにゆ うすろしようにゆ 削り節
13日 (月)	ピビンバ にら玉スープ	精白米 油 砂糖 すりごま ごま油 片栗粉	牛乳 牛肉 卵	ぜんまい水煮 にんじん 大豆もやし 小松菜 青ねぎ にら にんじん たけのこ えのきたけ	塩 こいしようにゆ ラー油 鶏がら 酒 うすろしようにゆ 塩 中華スープ
14日 (火)	鶏肉のさっぱり煮 坦々スープ ミニゼリー	コッペパン 砂糖 米粉麺 ごま油 ねりごま	牛乳 鶏肉 豚ひき肉 赤みそ	にんにく 土しょうが 白菜 緑豆もやし にんじん にら にんにく 土しょうが ミニゼリー(りんご・ピーチ)	酢 こいしようにゆ 鶏がら こいしようにゆ 塩 中華スープ 豆板醤
15日 (水)	夏野菜のカレーライス 福神漬け 大根サラダ	精白米 油 和風ドレッシング	牛乳 豚肉 茎わかめ	かぼちゃ 玉ねぎ にんじん ピーマン 水なす 福神漬け 大根 にんじん	ガーリックパウダー 塩 コショウ カレールウ ソース
16日 (木)	ツナスパゲッティ オレンジポンチ	小型コッペパン スパゲッティ	牛乳 ツナ油漬け きぎみのり	玉ねぎ にんじん ピーマン しめじ みかん缶 黄桃缶 オレンジジュース アロエ缶	塩 コショウ うすろしようにゆ

8月学校給食献立表

日	献立	おもにエネルギーの もとなる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくる もとなる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整える もとなる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
26日 (水)	鶏そぼろごはん みそ汁	精白米 油 砂糖	牛乳 鶏ひき肉 わかめ 豆腐 うすあげ みそ	土しょうが グリンピース 玉ねぎ しめじ 青ねぎ	みりん こいしようにゆ 塩 削り節
27日 (木)	イタリアンスパゲッティ 枝豆サラダ	小型コッペパン スパゲッティ 油 すりごま ごま油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	牛乳 ベーコン ハム	玉ねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン 枝豆 キャベツ にんじん	塩 コショウ ケチャップ ソース コンソメ うすろしようにゆ 酢
28日 (金)	プルコギ 中華スープ	精白米 油 砂糖 すりごま ごま油 春雨 片栗粉	牛乳 牛肉 わかめ	玉ねぎ にんじん にら にんにく 土しょうが 白菜 にんじん 青ねぎ	こいしようにゆ 鶏がら うすろしようにゆ 中華スープ 塩 コショウ
31日 (月)	ドライカレー キャベツとコーンのサラダ	精白米 油 砂糖 イタリアンドレッシング	牛乳 豚ひき肉 大豆	土しょうが 玉ねぎ にんじん キャベツ コーン にんじん	ガーリックパウダー ナツメグ 塩 コショウ カレー粉 コンソメ 米粉カレールウ ケチャップ ソース 塩

※ 牛乳はつきません。

※ 「うずら卵、餅、白玉団子」が入っている場合は、これらが可能な限り入らないように配食します。

※ 誤嚥・窒息事故防止のため、「節分の大豆のような乾いたナッツ・豆類、ミニカップゼリー」は提供しません。

7・8月の栄養価(小学校中学年)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	ナトリウム (食塩相当量) (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
今月平均	615	24.3	18.7	2.5	313	75	1.8	221	0.52	0.55	20	3.7
文科省基準	650	21~33	14~22	2.0未満	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5以上