

7月給食献立予定表

月		火		水		木		金	
3	猿橋小6年なし	4	猿橋小6年なし 佐々木小4年なし	5		6		7	【七夕献立】
ごはん 揚げ魚のごまケチャップかけ ピリ辛きゅうり 夏野菜汁 牛乳		わかめごはん 卵焼き マヨたく和え カレー肉じゃが 牛乳		ソフトめん なすのミートソース じゃがいもと小松菜のサラダ 牛乳 冷凍パイ		ごはん 揚げ鶏のチリソースかけ のりナッツ和え ビーフンスープ 牛乳		ごはん うずら卵入りあんかけ丼の具 寒天サラダ 牛乳 きらきらもち	
米 小麦粉 砂糖 ごま じゃがいも 油		米 ごま ノンエッグマヨネーズ じゃがいも 砂糖 油		ソフトめん じゃがいも 砂糖 ごま ハヤシルウ 油		米 小麦粉 砂糖 アーモンド ビーフン 油		米 ごま 砂糖 小麦粉 油	
ホキ 厚揚げ みそ 牛乳		わかめ たまご 豚肉 牛乳		豚肉 大豆たんぱく チーズ 牛乳		鶏肉 豆腐 かまぼこ のり 牛乳		豚肉 かまぼこ うずら卵 寒天 牛乳	
きゅうり キャベツ なす 玉ねぎ かぼちゃ 長ねぎ		たくあん キャベツ きゅうり 玉ねぎ にんじん 干し椎茸 しょうが こんにゃく		小松菜 きゅうり にんじん コーン 玉ねぎ なす トマト しょうが にんにく パイン		長ねぎ 小松菜 もやし にんじん たけのこ 干し椎茸 玉ねぎ チンゲン菜 しょうが にんにく		キャベツ きゅうり 枝豆 コーン 玉ねぎ にんじん もやし たけのこ きくらげ 長ねぎ しょうが にんにく みかん	
小: 617 kcal 中: 750 kcal		小: 609 kcal 中: 753 kcal		小: 713 kcal 中: 861 kcal		小: 660 kcal 中: 801 kcal		小: 612 kcal 中: 745 kcal	
10	【御免町幼稚園リクエスト献立】	11		12		13		14	
梅ごはん えびカツ フルーツサラダ ワンタンスープ 牛乳 米粉のクレープヨーグルト風味		ごはん 高野豆腐の揚げ煮 茎わかめのサラダ にらたまスープ 牛乳		米粉パン とびうおフライ (ノンエッグタルタルソース個袋) ブロッコリーとコーンのサラダ あさりとトマトのコンソメスープ 牛乳		ごはん セルフアーモンドきんぴら丼の具 ゆかり和え わかめのみそ汁 牛乳 ももゼリー		ごはん マーボー春雨丼の具 コーンシュウマイ ポテトサラダ 牛乳	
米 小麦粉 パン粉 ワンタンの皮 米粉 砂糖 油		米 小麦粉 パン粉 じゃがいも ノンエッグタルタルソース 砂糖 油		米粉パン 小麦粉 パン粉 じゃがいも ノンエッグタルタルソース 砂糖 油		米 砂糖 アーモンド 小麦粉 じゃがいも 油		米 春雨 砂糖 小麦粉 ごま 小麦粉 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 油	
えび たら 鶏肉 豆乳 牛乳		鶏肉 高野豆腐 茎わかめ 卵 牛乳		とびうお ベーコン あさり 牛乳		豚肉 豆腐 あやめみそ わかめ 牛乳		たら 鶏肉 大豆たんぱく 牛乳	
梅 みかん パイン きゅうり キャベツ にんじん 干し椎茸 もやし メンマ 小松菜 長ねぎ		にんじん 長ねぎ きゅうり もやし 玉ねぎ えのきたけ たけのこ コーン にら		ブロッコリー キャベツ コーン セロリ 玉ねぎ スキニーニ トマト にんにく パイン		ごぼう にんじん こんにゃく きゅうり キャベツ たくあん 赤しそ 玉ねぎ えのきたけ もも		玉ねぎ にんじん たけのこ 干し椎茸 長ねぎ にら コーン きゅうり キャベツ	
小: 676 kcal 中: 803 kcal		小: 651 kcal 中: 805 kcal		小: 656 kcal 中: 824 kcal		小: 624 kcal 中: 757 kcal		小: 668 kcal 中: 852 kcal	
17		18	【食育の日献立】	19		20		21	佐々木小・住吉小給食最終日
海の日		ごはん さばのみそ煮 ごま和え 夏の小煮物 牛乳		ゆで中華めん 塩ラーメンスープ いかの磯辺フライ 春雨サラダ 牛乳		コーンライス ハンバーグの バーベキューソースかけ フルーツのゼリー和え みそストローネ 牛乳		麦ごはん 夏野菜カレー 海藻とこんにゃくのサラダ 牛乳 レモンシャーベット	
		米 砂糖 ごま じゃがいも		ゆで中華めん 小麦粉 小麦粉 パン粉 春雨 砂糖 ごま 油		米 砂糖 小麦粉 油		米 小麦粉 じゃがいも カレールウ 砂糖 ごま 油	
		さば みそ 鶏肉 かまぼこ 厚揚げ 牛乳		豚肉 いか 青のり 牛乳		豚肉 鶏肉 ベーコン みそ 牛乳		豚肉 チーズ 海藻ミックス 牛乳	
		アスパラガス キャベツ もやし にんじん ごぼう こんにゃく 干し椎茸 たけのこ とうがん 大豆もやし		玉ねぎ にんじん メンマ もやし にら 長ねぎ キャベツ きゅうり コーン しょうが にんにく		コーン 玉ねぎ しょうが にんにく りんご トマト パイン みかん もも ぶどう果汁 にんじん しめじ かぼちゃ キャベツ		玉ねぎ にんじん スキニーニ なす かぼちゃ トマト りんご こんにゃく キャベツ きゅうり コーン しょうが にんにく レモン	
		小: 665 kcal 中: 838 kcal		小: 629 kcal 中: 759 kcal		小: 625 kcal 中: 778 kcal		小: 696 kcal 中: 841 kcal	
24		25	猿橋小・御免町小給食最終日	26	猿橋中・佐々木中給食最終日	日付	給食のない学校・学年 その他の連絡	☆郷土料理、地場産物は 太字 になっています。 ☆毎月19日は食育の日です。 地場産物 コシヒカリ、豆腐、厚揚げ、青大豆、アスパラガス、かぼちゃ、きゅうり、キャベツ、玉ねぎ、じゃがいも、あやめみそ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 天候や生育状況により八百屋さんからの納品になる場合があります。 </div> ※献立は都合により変更になることがあります。	
ごはん あじの照り焼き ひじきの炒め煮 キムチ豚汁 牛乳 【中のみ】ミルメークコーヒー		カレー風味ごはん ジャンバラヤの具 ビーンズサラダ 野菜たっぷりパスタスープ 牛乳 ぶどうゼリー		背割りコッペパン チリコンカン アーモンドサラダ かぼちゃのクリームスープ 牛乳 冷凍みかん		(献立)			
米 砂糖 じゃがいも 油		米 砂糖 じゃがいも マカロニ 油		パン 砂糖 ハヤシルウ 小麦粉 アーモンド じゃがいも ホワイトルウ 油					
あじ ひじき 油揚げ かつお節 豚肉 豆腐 みそ 牛乳		豚肉 大豆たんぱく 青大豆 ひよこ豆 ベーコン 牛乳		鶏肉 大豆たんぱく 青大豆 ベーコン 白いんげん豆 牛乳					
にんじん こんにゃく たけのこ 干し椎茸 枝豆 ごぼう 大根 白菜 長ねぎ		玉ねぎ マッシュルーム にんじん セロリー ピーマン キャベツ きゅうり 枝豆 コーン ブロッコリー にんにく ぶどう果汁		玉ねぎ にんにく トマト アスパラガス キャベツ きゅうり にんじん かぼちゃ みかん					
小: 607 kcal 中: 768 kcal		小: 680 kcal 中: 833 kcal		中: 861 kcal		黄色の食品 (熱ゆ力になる食品)			
						赤色の食品 (体をつくる食品)			
						緑色の食品 (体の調子を整える食品)			
						エネルギー			