

7月 給食献立表

令和6年

日	曜	主食	献立名	午後のおやつ	赤色の食品 骨・筋肉・血をつくる	黄色の食品 力と体温のもと	緑色の食品 身体の調子を整える	
1	月	ごはん	豆腐とあおさの味噌汁・夏野菜たっぷりオムレツ・ゆかり和え	お菓子	ベーコン・鶏卵	油	ねぎ・人参・玉ねぎ・キャベツ	
2	火	ごはん	ほうれん草となめこの味噌汁・鱈のバター醤油焼き・お浸し	メープルマフィン	鱈	バター	ほうれん草・キャベツ・もやし・人参	
3	水	ジャムパン	オニオンベーコンスープ・鶏肉のマスタード焼き・ヨーグルトサラダ	洋風磯辺焼き	ベーコン・鶏肉	パン	玉ねぎ・キャベツ・人参・きゅうり	
4	木	ごはん	かぶとしめじの味噌汁・豚肉の生姜焼き・野菜のしらす和え	ゼリー・せんべい	豚肉・しらす	油	かぶ・玉ねぎ・キャベツ・人参	
5	金	 七夕お楽しみメニュー 						
6	土	 夏祭り 						
8	月	醤油ラーメン	醤油ラーメン・餃子	中華風おこわ	豚肉	油・中華麺	もやし・ねぎ・キャベツ・コーン	
9	火	ごはん	玉ねぎとえのきの味噌汁・鶏肉の卵とじ・だいこんサラダ	シュガースティック	鶏肉・鶏卵	ドレッシング・ごま	玉ねぎ・人参・きゅうり・さやいんげん	
10	水	ごはん	冬瓜と油揚げの味噌汁・鮭の塩焼き・納豆和え	コーンフレーク	鮭	油	冬瓜・キャベツ・人参・ほうれん草	
11	木	ごはん	豆腐とねぎの味噌汁・鶏肉のケチャップ焼き・ごま和え	お麩ラスク	鶏肉	ごま	ねぎ・玉ねぎ・キャベツ・人参	
12	金	ハッシュドポーク	ハッシュドポーク・コールスローサラダ・チーズ	メープルチーズトースト	豚肉	マヨネーズ	玉ねぎ・キャベツ・人参・きゅうり	
13	土	スープスパゲティ	スープスパゲティ・ツナ和え	お菓子	ツナ	スパゲティ	人参・もやし・キャベツ・きゅうり	
16	火	ごはん	舞茸とはんぺんのすまし汁・鯖のごま味噌煮・土佐和え	マシュマロババロア	鯖	ごま	ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草	
17	水	ジャムパン	コーンスープ・ラタトゥイユ・フレンチサラダ	海苔巻き	ベーコン	パン・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり	
18	木	ひじきふりかけ	豚汁・すき昆布煮・チーズ	フルーチェ	豚肉	じゃがいも・ごま	人参・さやいんげん・ごぼう	
19	金	ごはん	きぬさやと玉ねぎの味噌汁・あんかけ卵焼き・ツナ和え	メロンパン風スコーン	豚肉	片栗粉・ドレッシング	きぬさや・玉ねぎ・人参・もやし	
20	土	なめこうどん	なめこうどん・ジャーマンポテト	お菓子	ウィンナー	うどん・じゃがいも	人参・ねぎ・さやいんげん	
22	月	ごはん	しめじとほうれん草の味噌汁・カレーの煮つけ・塩昆布和え	メルティーフレーク	カレー	ごま	ほうれん草・キャベツ・人参・もやし	
23	火	スタミナ丼	わかめスープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル	サーターアンダギー	豚肉	ごま・ごま油	ねぎ・玉ねぎ・きゅうり・人参・もやし	
24	水	ごはん	かきたまスープ・鶏肉の乳麩焼き・なめたけ和え	ココアプリン	鶏肉・鶏卵	油	ねぎ・玉ねぎ・キャベツ・ほうれん草	
25	木	ポークカレー	ポークカレー・春雨サラダ・フルーツヨーグルト	蒸しパン	豚肉	じゃがいも	人参・セロリ・玉ねぎ・もやし	
26	金	ごはん	小松菜となめこの味噌汁・筑前煮・和風サラダ	お菓子	鶏肉	ドレッシング・ごま	小松菜・人参・れんこん・ごぼう	
27	土	味噌ラーメン	味噌ラーメン・さっぱり和え	お菓子	豚肉	中華麺・ごま	もやし・ねぎ・キャベツ・人参	
29	月	ごはん	かぶと麩の味噌汁・肉じゃが・バンサンスー	誕生日おやつ	豚肉・鶏卵	じゃがいも・油	かぶ・人参・さやいんげん・玉ねぎ	
30	火	ガパオライス	きのこスープ・ガパオ・マカロニサラダ	豆乳あずきプリン	鶏肉	マヨネーズ	ハフリカ・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり	
31	水	ごはん	ほうれん草と油揚げの味噌汁・鶏肉の利休焼き・磯和え	マドレーヌ	鶏肉	ごま	ほうれん草・キャベツ・もやし・人参	

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください。