

7月 給食献立表



令和8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	水	ごはん	かきたま味噌汁・鶏肉の利休焼き・納豆和え	フルーチェ	鶏肉・鶏卵	ごま	玉ねぎ・キャベツ・ほうれん草
	2	木	コッペパン	コーンスープ・鶏肉のケチャップ焼き・コールスローサラダ	おにぎり	鶏肉	マヨネーズ・パン	玉ねぎ・キャベツ・人参・きゅうり
	3	金	ごはん	大根と油揚げの味噌汁・鮭の塩焼き・磯和え	マドレーヌ	鮭	油	大根・キャベツ・人参・ねぎ
	4	土	スープスパゲティー	スープスパゲティー・チキンサラダ	お菓子	ベーコン	スパゲティー	人参・キャベツ・きゅうり
	6	月	焼き肉丼	わかめスープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル・チーズ	メルティーフレーク	豚肉	ごま・ごま油	もやし・玉ねぎ・人参・きゅうり
	7	火	★★★★★~七夕お楽しみ給食~★★★★★					
	8	水	ごはん	舞茸とはんぺんの澄まし汁・鯖のごま味噌煮・和風和え	ココアプリン	鯖	ドレッシング	ねぎ・白菜・人参・ほうれん草
	9	木	ごはん	きぬさやと玉ねぎの味噌汁・夏野菜オムレツ・ヨーグルトサラダ	にらチヂミ	ベーコン・鶏卵	油・マヨネーズ	きぬさや・玉ねぎ・人参・きゅうり
	10	金	鶏そぼろ丼	里芋と玉ねぎの味噌汁・具たくさん鶏そぼろ・しらす和え	お菓子	鶏肉	ごま・里芋	玉ねぎ・人参・キャベツ
	11	土	🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷 ~夏まつり~ 🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷					
	13	月	ふりかけごはん	豚汁・すき昆布煮	お麴ラスク	豚肉・豆腐	じゃがいも・ごま油	人参・ねぎ・さやいんげん
	14	火	ごはん	豆腐となめこの味噌汁・ツナ入り卵焼き・おかか和え	人参ポッキー	豆腐・ツナ・鶏卵	油	ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草
	15	水	冷やしうどん	冷やしうどん・豚しゃぶサラダ	バナナマフィン	豚肉	うどん	もやし・人参・きゅうり
	16	木	チキンカレー	チキンカレー・春雨サラダ・フルーツヨーグルト	とうもろこし	鶏肉	じゃがいも・ごま油	セロリ・人参・玉ねぎ・もやし
	17	金	ごはん	冬瓜と油揚げの味噌汁・鱈のバター醤油焼き・海藻サラダ	クッキー	鱈	ごま・ドレッシング	冬瓜・ねぎ・キャベツ・人参
	18	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・玉ねぎ・とうもろこし・ねぎ
	21	火	ごはん	豆腐とねぎの味噌汁・鶏肉の乳麴焼き・ゆかり和え	スティックパイ	豆腐・鶏肉	油	ねぎ・玉ねぎ・キャベツ・人参
	22	水	ごはん	ほうれん草としめじの味噌汁・豚肉の生姜焼き・ごまサラダ	メープルチーズトースト	豚肉	ごま	ほうれん草・玉ねぎ・キャベツ
	23	木	ごはん	かぶと麴の味噌汁・タンドリーチキン・塩昆布和え	あんこスコーン	鶏肉	ごま	かぶ・玉ねぎ・キャベツ・人参
	24	金	ごはん	えのきと油揚げの味噌汁・鯖のごまパン粉焼き・バンサンスー	お菓子	鯖・鶏卵	ごま油	ねぎ・もやし・人参・きゅうり
	25	土	味噌ラーメン	味噌ラーメン・ツナ和え	お菓子	豚肉・ツナ	中華麺・ドレッシング	人参・キャベツ・もやし・きゅうり
	27	月	ごはん	豆腐とあおさの味噌汁・鶏肉の卵とじ・だいこんサラダ	誕生日おやつ	鶏肉・豆腐	ドレッシング	ねぎ・玉ねぎ・人参・大根
	28	火	キンパ	中華スープ・チーズタッカルビ	バナナシャーベット	鶏肉	油・ごま	もやし・人参・きゅうり・ねぎ
	29	水	ジャムパン	ジュリエヌスープ・ラタトゥイユ・フレンチサラダ	洋風磯辺焼き	豚肉・ウィンナー	じゃがいも	キャベツ・人参・玉ねぎ・きゅうり
	30	木	ガパオライス	きのこスープ・ガパオライス・マカロニサラダ	ゼリー・せんべい	鶏肉	マヨネーズ	玉ねぎ・きゅうり・人参・パプリカ
	31	金	ごはん	ほうれん草となめこの味噌汁・鮭の照り焼き・お浸し	豆腐パン	鮭	油	ほうれん草・キャベツ・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。