



令和6年7月分 小学校給食献立表



☆毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

給食回数13回

祖父江町学校給食センター

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる (あか)						おもにからだのちょうしをととのえる (みどり)		おもにエネルギーのもとになる (きいろ)		エネルギー (kcal)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	5ぐん	6ぐん	5ぐん	6ぐん	
1月	わかめごはん <small>ぎゅうにゅう</small>	わかめ	わかめ							こめ		571
	たこナゲット (2こ)	たこ								こむぎこ	あぶら	
	みつばのあえもの			みつば	もやし					さとう		
	さわにわん	ふたにく		にんじん		ほししいたけ ぎょうち						
2火	ごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ		568
	さけのぎんがみまき	さけ				だいこん				さとう		
	やまがたのだし <small>やまがたけん りょうり 山形県の料理</small>	かまぼこ	かつおぶし	こんぶ	にんじん	あかしそ	なす きゅうり					
	もずくじる	たまご	とうふ	もずく			たまねぎ えのきたけ			でんぷん		
3水	ごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ		627
	やきぎょうざ (2こ)	ふたにく	とりにく				キャベツ たまねぎ			こむぎこ	ラード	
	マーボー豆腐	とうふ	ふたにく	みそ	にんじん		たまねぎ ほししいたけ			さとう	でんぷん	
	もやしとしらすのちゅうかあえ			しらすぼし	こまつな		もやし			さとう	ごまあぶら	
4木	サンドイッチパンズパン <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							パン		681
	チキンなんばんバーガー	とりにく								こむぎこ	さとう	
	キャベツソテー						キャベツ				あぶら	
	コーンポタージュ	ベーコン		ぎゅうにゅう	にんじん		コーン たまねぎ			じゃがいも	ルウ	
5金	ごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ		567
	ピリからぶたどん	ふたにく	あつあげ		にんじん	にら	たまねぎ キャベツ			さとう		
	たなばたじる	かまぼこ	おさかなめん		オクラ		だいこん えのきたけ					
	たなばたゼリー									たなばたゼリー		
8月	ごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ		614
	いわしのしょうがに	いわし										
	きりほしだいこんのあますあえ			こまつな			きりほしだいこん			さとう	ごまあぶら	
	かぼちゃのみそじる	ふたにく	とうふ	みそ	わかめ	かぼちゃ	たまねぎ しめじ					
9火	ひやしうどん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							しらたまうどん		747
	ひやしうどんのぐ・うどんつゆ	ツナ	あぶらあげ	たまご	にんじん		ほししいたけ	だいこん		さとう		
	えだまめコロッケ						えだまめ			じゃがいも	パンこ	
	まっちゃんらびもち									こむぎこ	あぶら	
10水	ごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ		582
	ハンバーグのいちじくソース	とりにく	だいす				たまねぎ	いちじく	レモン	さとう	ラード	
	じゅうろくささげのごまあえ				じゅうろくささげ		キャベツ			さとう	ごま	
	ごもくじる	とりにく	とうふ	あぶらあげ	にんじん		ぎょうち	こんにゃく		だいこん	ねぎ	
11木	クロワッサン <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							パン		642
	オムレツ <small>りょうり フランスの料理</small>	たまご								でんぷん		
	トマトポトフ	ウインナー	だいす		トマト	パセリ	にんじん	たまねぎ		じゃがいも		
	あいちのメロンゼリーフルーツあえ						もも	パイン		みかん	メロンゼリー	
12金	ごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ		603
	とびうおフライ	とびうお								こむぎこ	パンこ	
	ゆかりあえ				あかしそ		キャベツ	きゅうり			あぶら	
	とうがんのカレーうまに	とりにく	ちくわ	あつあげ	にんじん		こんにゃく	たまねぎ		とうがん	えだまめ	
16火	ちゅうかめん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							ちゅうかめん		597
	しょうゆラーメン	ふたにく	なると		にんじん	チンゲンサイ	きくらげ	キャベツ				
	はるまき	ふたにく			にんじん		キャベツ	もやし		こむぎこ	あぶら	
	きゅうりのナムル						きゅうり			さとう	ごま	
17水	むぎごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ	おおむぎ	624
	いなざわのなすカレー	ふたにく			にんじん		たまねぎ	なす		じゃがいも	ルウ	
	ふくじんサラダ	とりにく					ふくじんづけ	キャベツ		さとう	あぶら	
	れいとうみかん						みかん					
18木	ごはん <small>ぎゅうにゅう</small>		ぎゅうにゅう							こめ		699
	とりそぼろどん (とりそぼろ・やさい)	とりにく			ほうれんそう		しょうが	たまねぎ		さとう		
	モロヘイヤのみそじる	とうふ	みそ	あぶらあげ	にんじん	モロヘイヤ		だいこん	えのきたけ			
	セレクトアイス									アイスクリーム		

★なつがしゅんのたべものをたべましよう★

※都合により、献立内容が変更になることがあります。