



令和7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 稲沢東部学校給食調理場

日	曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものとなる（あか）		おもにからだのちょうしをとのえる（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	
			さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん ごさかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ	
1	火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		587
		たこナゲット（2こ）	たこ いか たら				こむぎこ	あぶら	
		ささみとやさいのあえもの	とりにく		こまつな	キャベツ	さとう		
		もずくいりかきたまじる	たまご とうふ	もずく		たまねぎ えのきたけ ねぎ	でんぶん		
2	水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		660
		さばのぎんがみやき	さば みそ				さとう		
		にくじゃが	ぶたにく ちくわ		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース しょうが	じゃがいも さとう		
		じゅうろくささげのごまあえ			じゅうろくささげ	もやし	さとう	ごま	
3	木	スライspan ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		712
		だいすチョコクリーム						だいすチョコクリーム	
		えだまめコロッケ				えだまめ	じゃがいも こむぎこ パンこ	あぶら	
		カラフルサラダ			あかパブリカ	キャベツ きゅうり コーン		やさいドレッシング	
		ABCマカロニスープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ しめじ	マカロニ		
4	金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		656
		しゅうまい（2こ）	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ		
		いなざわなすいりマーボーどうふ	とうふ ぶたにく だいす みそ		にんじん	なす たまねぎ ねぎ にんにく	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	
		パンサンズー				もやし キャベツ コーン	はるさめ さとう	ごまあぶら	
7	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		547
		ほしがたハンバーグ	とりにく			たまねぎ	でんぶん さとう	ラード	
		オクラのうめあえ			オクラ あかしそ	キャベツ もやし うめ			
		たなばたじる	かまぼこ あぶらあげ		にんじん	えのきたけ たまねぎ ねぎ ほししいたけ			
8	火	しらたまうどん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			しらたまうどん		577
		じゃじゃめん（しる・やさい）	ぶたにく だいす みそ		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ きゅうり もやし	さとう	ごまあぶら	
		あじのなんぶやき いわてけん りょうり 岩手県の料理	あじ				さとう でんぶん	ごま	
9	水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		598
		とりにくのレモンに	とりにく			レモン	でんぶん さとう	あぶら	
		のりずあえ	ツナ	のり	ほうれんそう	もやし			
		とうがんじる	とうふ かまぼこ		にんじん	とうがん ごぼう ねぎ ほししいたけ	でんぶん		
10	木	こがたロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		576
		パンネのトマトに	ぶたにく		にんじん ビーマン トマト	たまねぎ	パンネ さとう	あぶら	
		ウインナー	ウインナー						
		なついろゼリーあえ				パイン もも	サイダーゼリー		
11	金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		577
		ビビンバ（にく・やさい・たまご）	ぶたにく たまご		ほうれんそう にんじん	たまねぎ にんにく もやし	さとう	ごまあぶら	
		キムチスープ	とうふ みそ			はくさいキムチ だいこん えのきたけ ねぎ	トック		
		かんそうごさかな		かたくちいわし					
14	月	わかめごはん ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう			こめ		627
		トマトいりメンチカツ	ぶたにく		トマト	たまねぎ	パンこ こむぎこ	あぶら	
		ツナあえ	ツナ			キャベツ きゅうり もやし	さとう		
		ごもくじる	とりにく とうふ あぶらあげ かまぼこ		にんじん	たまねぎ ねぎ			
15	火	ちゅうかめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		583
		とんこつラーメン	ぶたにく なんと		にんじん	もやし キャベツ たまねぎ ねぎ にんにく			
		やきぎょうざ（2こ）	とりにく ぶたにく			キャベツ	こむぎこ	ラード	
		きりぼしだいこんのナムル			こまつな	きゅうり きりぼしだいこん	さとう	ごまあぶら	
16	水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		630
		いわしのしょうがに	いわし			しょうが			
		ゴーヤチャンプルー	ベーコン あつあげ たまご かつおぶし		にんじん	もやし にがうり		ごまあぶら	
		かぼちゃのみそしる	みそ		かぼちゃ にんじん	たまねぎ だいこん えのきたけ ねぎ			
17	木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		566
		なつやさいかレー	ぶたにく		かぼちゃ トマト にんじん	たまねぎ スズキーニ にんにく		ルウ	
		まめまめサラダ	だいす		にんじん	えだまめ キャベツ コーン		しょうゆドレッシング	
		セレクトデザート					チョコシューアイス オレンジシャーベット わらびもち		

★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。