

令和6年 7月分 学校給食予定献立表

小学校



《 12 回 》

松伏町学校給食センター ほほえみ

日	曜	こんだてめい	えいようりょう		しょくひんめい		
			エネルギー Kカロリー	たんぱく しつ g	力 や 熱 の も と に な る き の 食 品	血 や 肉 を つ く あ か の 食 品	体 の ち ょ う し を と と の え る み ど り の 食 品
1	月	こどもパン ぎゅうにゅう こめこパン (6ねん・とくがく・しょくいんしつ・ランスタ) パンクキンポタージュ フランクのトマトソース えだまめサラダ	651	23.0	こどもパン (こめこパン) さとう オリーブオイル こめあぶら	ぎゅうにゅう フランクフルト なまクリーム	えだまめ かぼちゃ キャベツ たまねぎ トマト にんじん にんにく もやし パセリ ポタージュベース
2	火	ごはん(さいのきすな) ぎゅうにゅう とうふとわかめのみそしる あじのりごまフライ ちぐさいため	614	27.6	こめ こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ あじのりごまフライ かまぼこ いりたまご	キャベツ ねぎ ほうれんそう もやし
3 ★	水	むぎごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス とうもろこし ゴーヤのいためもの	664	25.4	こめ むぎ じゃがいも こめあぶら ハヤシルウ デミグラスソース	ぎゅうにゅう とうふ かつおぶし ぶたにく きんしたまご	グリーンピース しょうが たまねぎ とうもろこし トマト にがうり にら にんじん にんにく もやし
4	木	ちゅうかめん ぎゅうにゅう ジャージャーめん ナムル	659	28.9	ちゅうかめん でんぷん さとう ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	グリーンピース こまつな しょうが だいこん だけのこ たまねぎ にんじん にんにく ねぎ しいたけ もやし
5	金	ゆかりごはん ぎゅうにゅう たなばたじる ハンバーグのおろしソース わふうあえ	622	26.2	こめ そうめん こめあぶら	ぎゅうにゅう かまぼこ ハンバーグ	ゆかり オクラ キャベツ きゅうり だいこん にんじん ねぎ こねぎ しいたけ もやし
8	月	コッペパン コーヒーミルク とりにくのトマトに チーズオムレツ コーンサラダ	631	29.1	コッペパン じゃがいも こめあぶら	とりにく チーズオムレツ コーヒーミルク	さやいんげん キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし トマト にんじん しめじ バジル
9	火	ごはん(さいのきすな) ぎゅうにゅう なつやさいのみそしる さばのしょうがに ひじきののもの	609	25.0	こめ さとう こめあぶら	ぎゅうにゅう だいず とうふ ひじき さつまあげ さばのしょうがに	こんにゃく かぼちゃ キャベツ たまねぎ なす にんじん みょうが
10	水	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ きょうざ2こ きぬあげのちゅうかふうみそいため	604	22.3	こめ でんぷん はるさめ さとう ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう きぬあげ ぶたにく とりにく	キャベツ しょうが チンゲンサイ にんじん にんにく ピーマン しいたけ もやし きょうざ
11	木	ひやしうどん(つゆ・こおり) ぎゅうにゅう かんとうに ごまふうみあえ	638	26.5	じごなうどん さといも さとう	ぎゅうにゅう きぬあげ がんもどき とりにく	こんにゃく さやいんげん キャベツ ごぼう こまつな だいこん にんじん もやし
12	金	むぎごはん ぎゅうにゅう ビビンバ バンサンスー	600	25.0	こめ むぎ はるさめ さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ きゅうり だいこん だけのこ にら にんじん にんにく ほうれんそう だいずもやし しいたけ もやし
16	火	ごはん(さいのきすな) ぎゅうにゅう とうがんのすましじる とりにくのなんぶみそがけ かぼちゃのそぼろに	590	29.6	こめ でんぷん さとう ごま こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ なると とりにく とりにく	かぼちゃ こまつな とうがん ねぎ しいたけ
17 ★	水	むぎごはん ぎゅうにゅう なつやさいカレー コロコロサラダ れいとうアップル	606	20.3	こめ むぎ こめあぶら カレールウ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりレバー チーズ	かぼちゃ きゅうり だいこん たまねぎ トマト なす にんじん にんにく ピーマン りんご
へいきんえいようりょう			624	25.7			
ひょうじゅんりょう			650	26.8			



- ※ 毎月19日は「食育の日」です
- ※ 献立は、材料の都合により変更することがありますので、あらかじめご了承ください。
- ※ (★) 印の日に、放送用資料があります。
- ※ 「はし」は毎日清潔なものを持ってきましょう。
- ※ 「スプーン」は 印のついた日に持ってきましょう。
- ※ 彩のきすな以外のご飯には、松伏町産のコシヒカリを使用しています。

※2学期の給食は8月28日(水)から始まります。