



## 令和 8年 7月度 給食献立表



日付	曜日	献立	材料	日付	曜日	献立	材料	
6月		肉団子の甘酢あんかけ 海藻サラダ フルーツカクテル 野菜の中華スープ ごはん	肉団子、油、玉ねぎ、人参、青ピーマン、酢、砂糖、醤油、鶏がら、酒、片栗粉 コーン、海藻ミックス、ツナ、青じそドレッシング 黄桃、梨、パイナップル、ぶどう、さくらんぼ、砂糖 白菜、もやし、じゃがいも、鶏がら、塩、胡椒 米	803 kcal	18土	白身魚のフライ 厚揚げのオイスターソース いんげんのツナ和え コンソメスープ ごはん	たら、パン粉、小麦粉、塩、油、タルタルソース 人参、厚揚げ、玉ねぎ、油、オイスターソース、醤油、にんにく いんげん、ツナ、醤油、みりん、砂糖 コーン、じゃがいも、ねぎ、コンソメ、塩、胡椒 米	830 kcal 中学 2年 中学 3年 中学 2年
7火		ちらし寿司 イカ天ぷら 七夕ゼリー そうめんのすまし汁	米、にんじん、たけのこ、れんこん、かんぴょう、干しいたけ、砂糖、醸造酢、塩、醤油、みりん、卵、鮭フレーク、いんげん、刻みのり、だし、酢 いか、塩、小麦粉、米粉、油 七夕お星さまゼリー そうめん、人参、オクラ、醤油、塩、だし	734 kcal	21火	肉じゃが キャベツのソテー 昆布豆 小松菜と豆腐の味噌汁 ごはん	牛肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、こんにゃく、油、醤油、砂糖、みりん、だし キャベツ、アスパラ、人参、胡椒、塩、油、鶏ガラ 大豆、砂糖、醤油、昆布、塩 小松菜、豆腐、ねぎ、味噌、だし 米	755 kcal 中学 2年 中学 3年
8水		鶏肉のしょうゆ揚げ マカロニケチャップソテー ひじきサラダ 牛乳 食パン	鶏肉、醤油、生姜、砂糖、酒、味噌、塩、にんにく、パン粉、小麦粉、卵、米粉、油 マカロニ、人参、玉ねぎ、ベーコン、ケチャップ、コンソメ、塩、胡椒 ひじき、キャベツ、コーン、胡麻ドレッシング 牛乳 食パン、チョコレートソース	975 kcal	22水	夏野菜カレー メンチカツ ブロッコリーサラダ 牛乳	米、かぼちゃ、なす、青ピーマン、豚肉、油、カレーフレーク、ゴールデンカレー、醤油、ケチャップ、コンソメ、ウスターソース 牛肉、鶏肉、たまねぎ、パン粉、砂糖、醤油、塩、小麦粉、油、とんかつソース ブロッコリー、キャベツ、コーン、梅ドレッシング 牛乳	956 kcal 中学 1年 中学 3年
9木		豚肉の甘辛炒め ぎょうざ りんご もやしと人参の味噌汁 ごはん	豚肉、春雨、キャベツ、青ピーマン、人参、油、醤油、みりん、砂糖、だし 豚肉、キャベツ、小麦粉、玉ねぎ、砂糖、にんにく、にんにく、にら、塩、生姜、オイスターソース、醤油、酢 りんご もやし、ねぎ、人参、味噌、だし 米	724 kcal	23木	肉豆腐 しゅうまい チンゲン菜ソテー きのこの味噌汁 ごはん	牛肉、こんにゃく、玉ねぎ、焼き豆腐、人参、いんげん、油、醤油、砂糖、みりん、酒 玉ねぎ、グリーンピース、鶏肉、豚肉、小麦粉、卵、砂糖、塩、醤油 チンゲン菜、ベーコン、コーン、油、塩、胡椒、鶏ガラ きのこ、わかめ、ねぎ、味噌、だし 米	750 kcal 中学 1年 中学 3年
10金		カレーライス コロケ オレンジゼリー 牛乳	米、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ケチャップ、ゴールデン、カレーフレーク、コンソメ、油、ウスターソース じゃがいも、パン粉、小麦粉、塩、砂糖、牛肉、醤油、オイスターソース、胡椒、油、トンカツソース オレンジゼリー 牛乳	1013 kcal	24金	豚肉と春雨の中華炒め マカロニサラダ みかん 麩のみそ汁 ごはん	豚肉、春雨、玉ねぎ、人参、しいたけ、醤油、塩、胡椒、鶏ガラ、ごま油 マカロニ、ハム、コーン、マヨネーズ みかん 切麩、揚げ、ねぎ、味噌、だし 米	751 kcal 中学 1年 中学 2年
11土		回鍋肉 枝豆フライ 中華サラダ わかめスープ ごはん	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、青ピーマン、回鍋肉ソース、醤油、油 枝豆、じゃがいも、パン粉、小麦粉、砂糖、塩、胡椒、油 もやし、コーン、ハム、中華ドレッシング わかめ、人参、じゃがいも、鶏ガラ、塩、胡椒 米	752 kcal	25土	グヤーシュ（ハンガリー） 野菜コロケ ツナサラダ 牛乳 ロールパン	牛肉、塩、胡椒、玉ねぎ、人参、なす、じゃがいも、黄ピーマン、ケチャップ、トマトダイス、コンソメ、パプリカパウダー じゃがいも、人参、砂糖、パン粉、小麦粉、塩、油、とんかつソース コーン、ブロッコリー、ツナ、ゆず醤油ドレッシング 牛乳 ロールパン、チョコレートソース	915 kcal 中学 1年 中学 2年
13月		ビビンバ風 グリルチキン ぶどうゼリー 白菜のスープ	米、牛ひき肉、生姜、しいたけ、人参、もやし、小松菜、塩、砂糖、醤油、豆板醤、ごま油、胡椒 鶏肉、塩、レモンジュースパウダー、醤油、パセリ、油 ぶどうゼリー 白菜、ねぎ、人参、鶏ガラ、塩、胡椒	769 kcal	27月	豚肉と白菜の中華煮 揚げぎょうざ 枝豆サラダ コンソメスープ ごはん	豚肉、白菜、春雨、人参、きのこ、醤油、酒、鶏ガラ、塩、胡椒、油 豚肉、キャベツ、小麦粉、玉ねぎ、砂糖、にんにく、にんにく、にら、塩、生姜、オイスターソース、油 枝豆、ハム、コーン、イタリアンドレッシング わかめ、ねぎ、もやし、コンソメ、塩、胡椒 米	760 kcal 中学 2年 中学 3年
14火		ポーケチャップ ブロッコリーのガーリックソテー 黄桃缶 牛乳 揚げパン	豚肉、玉ねぎ、キャベツ、人参、塩、胡椒、ケチャップ、トマトピューレ、コンソメ、醤油 ブロッコリー、ベーコン、玉ねぎ、油、にんにく、塩、胡椒、醤油、コンソメ 黄桃 牛乳 コッペパン、油、砂糖	705 kcal	28火	デミグラスソースハンバーグ ナポリタン キャンディチーズ 牛乳 コッペパン	ハンバーグ、油、マッシュルーム、デミグラスソース、ケチャップ、ウスターソース、玉ねぎ スパゲッティ、玉ねぎ、青ピーマン、ベーコン、塩、胡椒、ケチャップ、砂糖 キャンディチーズ 牛乳 コッペパン、りんごジャム	801 kcal 中学 2年 中学 3年
15水		アジフライ ジャーマンポテト ほうれん草のサラダ トマトスープ ごはん	あじ、パン粉、小麦粉、塩、油、トンカツソース じゃがいも、ベーコン、玉ねぎ、塩、胡椒、コンソメ、油 ほうれん草、コーン、人参、シーザードレッシング キャベツ、玉ねぎ、トマトダイス、トマトピューレ、コンソメ、塩、胡椒 米	769 kcal	29水	マーボー茄子 アスパラとコーンの香り揚げ ツナサラダ 中華スープ ごはん	なす、豚挽き肉、玉ねぎ、青ピーマン、人参、赤みそ、鶏ガラ、生姜、にんにく、醤油、砂糖、片栗粉 コーン、アスパラ、すり身、卵白、塩、砂糖、小麦粉、油 キャベツ、ツナ、コーン、ごま醤油ドレッシング 春雨、ハム、ねぎ、鶏ガラ、片栗粉 米	865 kcal 中学 1年 中学 3年
16木		筑前煮 おすわい 金時豆 味噌汁 ごはん	鶏肉、人参、ごぼう、れんこん、こんにゃく、いんげん、醤油、砂糖、みりん、だし 人参、大根、揚げ、ひじき、酢、砂糖、みりん、醤油 うずら豆、砂糖、塩 もやし、豆腐、ねぎ、味噌、だし 米	755 kcal	30木	豚肉の中華炒め 竹輪の磯辺揚げ 蒸し鶏のサラダ ねぎ生姜スープ ごはん	豚肉、酒、醤油、にんにく、片栗粉、チンゲン菜、玉ねぎ、人参、油、塩、砂糖、醤油、鶏ガラ 魚肉すり身、小麦粉、アオサ、卵、砂糖、塩、油 鶏肉、キャベツ、わかめ、コーン、中華ドレッシング 白ねぎ、ねぎ、人参、生姜、鶏ガラ、塩、胡椒 米	751 kcal 中学 1年 中学 3年
17金		鶏肉の照り焼き やきそば カリフラワーのサラダ 牛乳 黒糖食パン	鶏肉、油、照りだれ 中華麺、キャベツ、人参、豚肉、塩、胡椒、焼きそばソース、油 カリフラワー、コーン、人参、イタリアンドレッシング 牛乳 黒糖食パン、みかんジャム	813 kcal	31金	鶏そぼろ丼 唐揚げ りんごゼリー わかめのすまし汁	米、鶏ひき肉、生姜、油、玉ねぎ、人参、たけのこ、だし、砂糖、醤油、みりん、酒 鶏肉、醤油、砂糖、塩、生姜、卵白、小麦粉、みりん、胡椒、油 りんごゼリー わかめ、豆腐、ねぎ、だし、醤油、塩	882 kcal 中学 1年 中学 2年

※仕入れの都合により献立内容が変更となる場合がございます。