



7月 予定献立表



今月の給食目標：好き嫌いしないで食べよう。

令和8年度射水市立中太閤山小学校

日	曜日	こんだてめい		しょくひんめい				
				おもに体をつくるもとなる前の食品		おもに体の調子を整えるもとなる後の食品		おもにエネルギーのもととなる黄色の食品
		たんぱく質 1ぐん	むぎしつ 2ぐん	ビタミン・むぎしつ 3ぐん・4ぐん		たんずいかぶつ 5ぐん	ししつ 6ぐん	
特別献立 しゅしよく		しゅさい ふくさい しるもの／にも デザートなど	魚、肉、卵 豆・豆腐類	牛乳・乳製品 小魚・海苔	色のこい野菜、その他の野菜、きのこ、果物	米、パン、めん いも、さとう	油脂類、種実類	
1	水	ごはん	ぶたにくのこうみい ため ごますあえ もずくとたまごのスープ★	ぶたにく たまご★	ぎゅうにゅう◎ もずく	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ もやし にんじん えのきだけ ねぎ	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごま
2	木	コッペパン◎	タンドリーチキン◎ なつやさいのマリネ マカロニスープ	とりにく ベーコン ひよこまめ	ぎゅうにゅう◎ ヨーグルト◎	ズッキーニ キャベツ あかパプリカ にんじん たまねぎ ブロッコリー	コッペパン◎ さとう マカロニ	あぶら
3	金	ごはん	イカとだいのチリソースに※ かわりあえ わかめのみそしる	イカ※ だいの みそ	ぎゅうにゅう◎ わかめ	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり ふくしんづけ にんじん ねぎ	ごはん さとう じゃがいも でんぶん	あぶら
6	月	七夕献立 うめごはん	おほしさまコロッケ こまつなのおひたし そうめんじる■ たなばたゼリー◆	とりにく ぶたにく かまぼこ■ あぶらあげ	ぎゅうにゅう◎	うめ たまねぎ こまつな もやし にんじん ほししいたけ オクラ	ごはん さとう パンこ そうめん じゃがいも たなばたゼリー◆	あぶら
7	火	コッペパン◎	とりにくのマスタードやき◆ ラタトゥイユ カレーポテトスープ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう◎	にんにく なす たまねぎ トマト ズッキーニ きパプリカ にんじん しめじ	コッペパン◎ パンこ じゃがいも	あぶら
8	水	ごはん	あかうおのたれがけ■ しょうゆマヨあえ たまごのみそしる★	あかうお■ とうふ みそ たまご★	ぎゅうにゅう◎	しょうが キャベツ ブロッコリー にんじん たまねぎ だいこん ねぎ	ごはん さとう でんぶん	あぶら たまごなしマヨネーズ
9	木	コッペパン◎	ハンバーグ グリーンサラダ パンブキンポターージュ◎	ぶたにく とりにく ベーコン しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう◎	キャベツ きゅうり アスパラガス かぼちゃ にんじん たまねぎ	コッペパン◎ さとう こめこ	あぶら バター◎
10	金	ごはん	とりにくののりしおからあげ ひじきとまめのサラダ にくだんごスープ	とりにく だいの いんげんまめ	ぎゅうにゅう◎ あおさ ひじき	にんにく もやし コーン にんじん ほししいたけ たまねぎ はくさい ねぎ	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら
13	月	ごはん	たまごやき★ ゆかりあえ あつあげのそぼろに のりつくだに■	たまご★ あつあげ とりにく	ぎゅうにゅう◎ のりつくだに■	キャベツ こまつな しそ たまねぎ にんじん だいこん ほししいたけ こんにゃく	ごはん さとう でんぶん	
14	火	ミニコッペパン◎	ミニアメリカンドッグ2こ やきそば◆ フルーツヨーグルト◎◆	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう◎ あおさ ヨーグルト◎	にんじん キャベツ もやし みかんかん◆ パインかん◆ ももかん◆ パナナ◆	ミニコッペパン◎ こむぎこ ナタデココ ちゅうかめん さとう	あぶら
15	水	ごはん	サバのカレーやき■ そくせきづけ トックいりキムチじる	サバ■ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう◎	キャベツ きゅうり にんじん しょうが だいこん たまねぎ はくさい ニラ	ごはん トック	ごま
16	木	しょくパン◎	とりにくとじゃがいものケチャップがらめ はなやさいサラダ ビーフンスープ りんごジャム◆	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう◎	ブロッコリー カリフラワー きパプリカ にんじん もやし キャベツ しめじ	しょくパン◎ じゃがいも さとう ビーフン りんごジャム◆	あぶら
17	金	ごはん	やきぎょうざ2こ パンサンスー マーボーどうふ	ぶたにく とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう◎	キャベツ たまねぎ にら きゅうり コーン しょうが にんにく ねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ	ごはん さとう ぎょうざのかわ でんぶん	あぶら
20	月	🍥🍥🍥						

食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合には、献立名の横に印を付けました。参考にしてください。

- 卵・卵製品・・・★
- 牛乳・乳製品・・・◎
- エビ・カニ・イカ・・・※
- 魚類・・・■
- 魚卵・・・●
- くだもの・・・◆

(注1) 調味料・油・出汁には印をつけていません。

献立は、都合により変更する場合があります。

令和8年度2学期の給食開始日は
8月28日(金)です。