



7 月 分 献 立 表

(給食回数 13 回)



八千代町立学校給食センター

日	曜日	献立名	おもな材料と体内での働き						栄養価	
			おもに体をつくる		おもにからだの調子を整える		おもにエネルギーになる			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
			1群 魚・肉・卵・豆・豆腐製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 種実類・油脂	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
1	月	むぎごはん 牛乳		牛乳			むぎごはん		630	22.1
		ハンバーグわふうおろしソースかけ	とりにく ぶたにく		たまねぎ だいこん	パンこ さとう	あぶら			
		ポテトサラダ【ノンエッグマヨネーズ】			にんじん きゅうり	じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ			
		たまごスープ	たまご	トマト チンゲンサイ	キャベツ しめじ					
2	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		706	24.6
		ぼうぎょうざ	ぶたにく とりにく		にら	キャベツ たまねぎ ながねぎ しょうが	パンこ さとう こむぎこ でんぶん	ラード あぶら		
		マーボー豆腐	とうふ ぶたにく だいず	にんじん トマト	ながねぎ しいたけ にんにく しょうが	さとう でんぶん こむぎこ	ごまあぶら			
		あんぱん		なまクリーム	もも バインアップル レモン	ゼリー さとう				
3	水	たなばたごんでて							654	18.8
		ひやしうどん 牛乳		牛乳			ソフトめん			
		ほしがたコロッケ	ぶたにく		たまねぎ	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ	あぶら マーガリン			
		キャベツとわかめのサラダ【サウザンドレッシング】		わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり えだまめ		ドレッシング		
4	木	がキラキラもち☆		かんてん		みかん	さとう でんぶん		831	23.5
		コッペパン あんずジャム 牛乳		牛乳			コッペパン あんずジャム			
		にくだんご(小2こ 中職3個)	とりにく		たまねぎ	でんぶん パンこ さとう	あぶら ラード ごまあぶら			
		かぼちゃのサラダ【マヨネーズ】	たまご	かぼちゃ	きゅうり		マヨネーズ			
5	金	コンソメスープ	ウインナー		にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ とうもろこし			768	23.5
		カレーライス(ごはん カレーシチュー)	だいず レバー	牛乳 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが りんご	ごはん じゃがいも こむぎこ	あぶら		
		のむヨーグルト(ブルーベリーあじ)		ヨーグルト		ブルーベリー				
		チキンナゲット(小2こ 中職3個)	とりにく			にんにく	パンこ こむぎこ さとう でんぶん	あぶら ラード		
6	土	ブロッコリーとかまぼこのサラダ【ばいせんごまドレッシング】	かまぼこ たまご		ブロッコリー			ごまドレッシング	955	27.8
		ごはん あじのり 牛乳		牛乳 のり			ごはん			
		かいせんシューマイ(2こ)	ぎょにく えび かに ほたて		たまねぎ	こむぎこ でんぶん さとう	ラード			
		ぶたキムチいため	ぶたにく	にんじん	たまねぎ ほうさい りんご にんにく しょうが	さとう	ドレッシング			
7	日	キャベツのうましおスープ	かまぼこ		チンゲンサイ	キャベツ もやし ながねぎ しょうが		ごまあぶら	743	25.4
		むぎごはん 牛乳		牛乳			むぎごはん			
		ハンバーグピカタ【ケチャップ】	たまご とりにく		たまねぎ	パンこ さとう でんぶん				
		ほそぎりこんぶのいために	ぶたにく ちくわ あぶらあげ こんぶ	にんじん		さとう	あぶら			
8	月	ワンタンスープ			こまつな にんじん	たまねぎ ほうさい	こむぎこ	ごまあぶら	735	24.1
		ひやしごまだれうどん(ソフトめん うどんのぐ)	かまぼこ		にんじん	キャベツ もやし きゅうり	ソフトめん さとう	ごまドレッシング		
		コーヒーマル		コーヒーマル						
		ジャンボぎょうざ	ぶたにく とりにく		キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	こむぎこ でんぶん さとう	ラード あぶら			
9	火	せかいのいより ～フランス～							621	28.4
		ソフトフランスパン 牛乳		牛乳			ソフトフランスパン			
		しろみぎかなのオーロラソースかけ	たら たまご	チーズ 牛乳	トマト	たまねぎ	こむぎこ でんぶん さとう	バター あぶら		
		ツナサラダ【コールスロドレッシング】	まぐろ たまご			キャベツ きゅうり		あぶら ドレッシング		
10	水	カレーポトフ	ウインナー		にんじん ブロッコリー	たまねぎ だいこん	じゃがいも		758	34.1
		カミカミごんでて								
		ごはん せとふみふりかけ 牛乳	いわし ぶし たまご かつお ぶし	牛乳			ごはん さとう	ごま		
		イカメンチ	たら すりみ いか		たまねぎ	でんぶん さとう パンこ こむぎこ	あぶら			
11	木	こまつなのソテー	ウインナー		こまつな	とうもろこし		あぶら	618	17.5
		なすのみそしる	あつあげ みそ		さやいんげん	なす たまねぎ				
		にしよくごはん(ごはん にくそぼろ たまごそぼろ)	ぶたにく だいず たまご		にんじん	しょうが	ごはん さとう でんぶん	あぶら		
		牛乳		牛乳						
12	火	ほうれんそうのみそしる	あぶらあげ みそ		ほうれんそう	たまねぎ だいこん	ふ		658	25.7
		ミニようなしゼリー(小1こ 中職2個)				ようなし	ゼリー さとう			
		ひやしうどん 牛乳		牛乳			ソフトめん			
		いかのてんぷら	いか			こむぎこ	あぶら			
13	水	キャベツとちくわのサラダ【かおりごまドレッシング】	ちくわ		にんじん	キャベツ きゅうり		ごまドレッシング	793	26.1
		せかいのいより ～インド～								
		ナン 牛乳 キーマカレー	とりにく だいず レバー	牛乳 脱脂粉乳	トマト	たまねぎ しょうが にんにく りんご	ナン じゃがいも こむぎこ			
		ハムチーズフライ	ハム たまご	チーズ			パンこ こむぎこ	あぶら		
14	木	トマトラッサム	とりにく ひよこめ		にんじん ほうれんそう トマト	たまねぎ だいこん にんにく	パンこ でんぶん さとう	ラード あぶら バター	850	29.7

※都合により、献立内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

※この献立表に記載されている食品は、主な材料で調味料やハンバーグ、春巻きなどの加工食品に含まれるアレルギー等、使用食材のすべては記載していません。

(アレルギー対応を受けている児童生徒と保護者の方はアレルギー用予定献立表および加工食品成分表をご確認ください。)

※魚料理については「骨」がある場合がありますので、気をつけて食べてください。

※減塩のため、しょうゆやソース等は使用を控えています。ご協力をお願いします。

今月は八千代町で栽培された「米(コシヒカリ)」「やさい(きゅうり ながねぎ)」を使用します。

近隣の市町村からは「にんじん キャベツ こまつな チンゲンサイ しめじ なす その他」を使用しています。



◆物価高騰の影響を受けている子育て世帯の負担軽減のため、令和6年度4月～3月まで、小中学校給食費無償化を実施します◆