

令和 7 年

7月の予定献立表



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の 栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1～32.5g	14.4～21.7g
	中学校	830kcal	27.0～41.5g	18.4～27.7g

城辺学校給食共同調理場

TEL: 0980-77-8488
FAX: 0980-77-8490

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず 確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

※材料・その他の都合により献立を変更することがあります。

※なまり節や魚は骨を取り除いていますが、一部残ってしまう場合があります。注意して食べましょう。

※児童生徒の給食費(小学校5600円、中学校6000円)は市が負担しています。

こ ん だ て		1(火) キャベツときゅうりの しおこんぶあえ とりにくの ゆずしょうゆやき おぎごはん とうふと わかめの みそしる	2(水) ホイコーロー さばのしょうがやき おぎごはん ★レンファン タン	3(木) オレンジ (ぐ) パパイアのサラダ (おぎごはん) とうがんの そばろ あんかけどん もずくの みそしる	4(金) ブロッコリーとベーコンの ガーリックいため オムレツ おぎごはん フィッシュボールいり クリームスープ
	7(月) たなばたポンチ ほしのクロック ジュリエヌ カレーピラフ スープ	8(火) マーボーとうふ ミニやきぎょうぎ おぎごはん はるさめスープ	9(水) ゴーラとツナのあえもの ぶたにくのしょうがやき おぎごはん ★クーリジシ	10(木) じゃがいものあまからに あげとうふのべっこう あんかけ おぎごはん こまつなと えのきの すましじる	11(金) なすのごまみそあえ ★(ぐ) (おぎごはん) おやこどん さわにわん
	14(月) やきのり ほうれんそうのごまあえ なっとうみそ おぎごはん とりにくの おつゆ	15(火) やさいたっぷり ぶたプルコギ とりにくのネギソースかけ おぎごはん とうふと きのこの チゲスープ	16(水) カットマンゴー やさいチップス みゃーくキーマカレー カルシウムいり ごはん パニパニスープ	17(木) ひじきいため マグロのてりやき おぎごはん とんじる	18(金) シークワサーソルベ (ぐ) (めん) ブロッコリーの サラダ スパゲッティ ポロネーゼ ポテトスープ
8月					
今年は、梅雨が早く明け、恵みの雨も少ないせ いか、作物が例年に比べ、成長が遅れていると の声が出ています。そんな中でも、給食を食べる 子ども達のためにと、生産者の方々は、一生懸 命頑張っています。地元産の旬の食材を、給食 だけでなく、家庭でも食べて、暑い夏を乗り切り ましょう！					
27(水) フルーツあえ ピクルスべったらづけ おぎごはん ポークカレー	28(木) ウムクジアンダギー (ぐ) (めん) やさい ちゃんぷるー みやこそば	29(金) (ナムル) (にくみそ) おぎごはん ちゅうかふう わかめスープ			