



れいわねんがつ がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう

令和6年7月 学校給食予定献立表

おおさかがっこうきゅうしょく
大崎学校給食センター

今月の給食目標



えいせいきつ
衛生に気を付けよう！

*地場産物（広島県産）については、太字であります。
*栄養価は基準として、小学校3、4年生の量で記載しています。
*物質の都合で、献立を変更することがあります。ご了承ください。
*これまでお子さんが食べたことのない食べ物が出ている場合は、
意のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておくなど、ご配慮ください。

日 に う	曜 よ 日 び	献立名	主な使用材料						栄養価 エネルギー (kcal) 食塩 (g)	
			赤		緑		黄			
			血や肉になる食品	からだの調子を整える食品	他の野菜・果実類	穀物・芋類 ・砂糖類	熱や力になる食品			
1	月	ご飯 牛乳 ゴーヤチャンプルー 野菜のツナ和え	豚肉 豆腐 鶏 肉かつお節 ツナ	牛乳	にんじん チングン菜	もやし とうもろこし	米 砂糖	米油 ごま油	562 1.0	
2	火	ご飯 牛乳 鶏肉のごまだれ焼き なめだけ和え わかめのみぞ汁	鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ 玉ねぎ えのきだけ	米 砂糖 片栗粉	白ごま	598 2.3	
3	水	ご飯 牛乳 厚揚げのコロコロマー婆ー ^え 枝豆サラダ	黒大豆 厚揚げ 豚肉 みそ	牛乳 干しひじき	にんじん 小松菜 ねぎ	とうもろこし 玉ねぎ 干ししいたけ 枝豆 もやし	米 砂糖 片栗粉	米油 ごま油	617 2.4	
4	木	ご飯 牛乳 さばの塩焼き ごま和え ふわふわ汁	さば 豆腐	牛乳	にんじん ねぎ ほうれん草	もやし 玉ねぎ しめじ	米 砂糖 焼きら	白ごま	572 1.3	
5	金	ご飯 牛乳 豚肉とみょうがのみそ炒め 春雨スープ ブルーベリーゼリー	七夕献立 豚肉 みそ 鶏肉	牛乳 寒天	にんじん ピーマン チングン菜	みょうが 玉ねぎ たけのこ しいたけ もやし ブルーベリー みかん	米 砂糖 春雨	米油	653 1.4	
8	月	ご飯 牛乳 野菜のピザ焼き ジュリアンスープ	ベーコン 豚肉	牛乳 チーズ	トマト にんじん	なす 玉ねぎ しめじ	米 じゃがいも	マヨネーズ	589 2.7	
9	火	ご飯 牛乳 和風ツナキャベツ 相性汁	あなご 油揚げ ツナ かつお節 豚肉 みそ	牛乳	にんじん 小松菜 ねぎ	キャベツ 干ししいたけ 板こんにゃく 玉ねぎ	米 砂糖	白ごま	561 1.6	
10	水	ご飯 牛乳 鶏肉とうずらの照り煮 ピーマンとコーンの甘辛炒め 冷凍みかん	鶏肉 うずら卵 大豆 ベーコン	牛乳	にんじん さやいんげん ピーマン	玉ねぎ とうもろこし 板こんにゃく みかん	米 砂糖 じゃがいも	米油	644 1.2	
11	木	ロールパン 牛乳 パワー抜群じゃ！元氣いっぱいスパゲティ ひじきとじゃがいものサラダ	パンの日 ベーコン 大豆	牛乳 干しひじき	にんじん 小松菜 ほうれん草	レモン	ロールパン 中華めん 砂糖 じゃがいも	米油 バター ごま油	668 2.4	
12	金	ご飯 牛乳 白身魚のムニエル キャベツのかおり和え ミネストローネ	ホキ ベーコン	牛乳	にんじん トマト	キャベツ 玉ねぎ	米 薄力粉 マカロニ じゃがいも	バター	588 1.3	
16	火	ご飯 牛乳 ひとくちから揚げ 茎わかめの中華サラダ ズッキーニのスープ	鶏肉 ハム	牛乳 茎わかめ	にんじん	生姜 にんにく 白菜 とうもろこし ズッキーニ 玉ねぎ レモン	米 薄力粉 砂糖 片栗粉	サラダ油 ごま油	658 1.7	
17	水	夏野菜カレー 牛乳 きゅうりとじゃこのサラダ	かみかみティー 豚肉 ツナ	牛乳 しらす干し	にんじん トマト	ズッキーニ キャベツ きゅうり	米 砂糖	米油 オリーブ油	582 1.5	
18	木	ロコモコ丼 牛乳 じゃがいもとコーンのスープ	ハワイの郷土料理「ロコモコ」 鶏肉 豚肉 卵	牛乳	にんじん	キャベツ 枝豆 玉ねぎ とうもろこし	米 じゃがいも	米油	654 2.2	
19	金	ご飯 牛乳 牛肉ときのこのバター醤油炒め 手延べそうめん汁	町内統一献立 「手延べそうめん汁」	牛乳 鶏肉 油揚げ	にんじん ねぎ チングン菜	玉ねぎ キャベツ たけのこ しめじ えのきだけ しいたけ	米 そうめん	米油 バター	533 1.2	