



れ い わ ね ん が つ が っ こ う き ゅ う し ゅ 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



おおききがっこうきゅうしよく
大崎学校給食センター

こんげつ きゅうしよくもくしきょう
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、太字にしています。
*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。
*物資の都合で、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、
急のため、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 曜日	曜 日	献立名	主な使用材料						栄養価
			赤		緑		黄		エネルギー (kcal)
			血や肉になる食品		体の調子を整える食品		熱や力になる食品		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			肉・鶏・卵・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻類	緑黄色野菜	その他の野菜・果実類	穀物・芋類・砂糖類	油脂類・糖実類	
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 卵 かつお節 ツナ	牛乳 	にんじん チンゲン菜	もやし ゴーヤ 大根 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 なめたけ和え わかめのみそ汁	鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ しめじ ししいたけ 玉ねぎ えのきたけ	米 砂糖 片栗粉 じゃがいも	白ごま 	598 2.3
3	水	ほたるおこわ 牛乳 厚揚げのコロコロマーボー 枝豆サラダ	黒大豆 厚揚げ 豚肉 みそ	牛乳 牛しひじき	にんじん 小松菜 ねぎ	とうもろこし 玉ねぎ 干しいたけ 枝豆 もやし	米 もち米 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 焼きふ	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	豚肉 みそ 鶏肉	牛乳 寒天	にんじん ピーマン チンゲン菜	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 ピーマン 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	あなご飯 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！元気いっぱいスパゲティ ひじきとじゃがいものサラダ	ベーコン 大豆 ☆ひろしま給食 賞状	牛乳 牛しひじき	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 望わかめの中華サラダ ズッキーニのスープ	鶏肉 ハム	牛乳 望わかめ	にんじん	生姜 にんにく 白菜 とうもろこし スズキーニ 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	豚肉 ツナ	牛乳 しらす干し	にんじん トマト かぼちゃ ピーマン	ズッキーニ キャベツ	米 麦 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	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	牛肉 鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん ねぎ チンゲン菜	玉ねぎ キャベツ たけのこ しめじ えのきたけ しいたけ	米 そうめん	米油 バター	533 1.2