

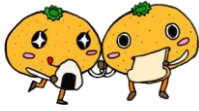


令和7年7月 学校給食予定献立表



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、
念のため、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	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 肉・魚・卵・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・海藻類	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果実類	5群 穀物・芋類・砂糖類	6群 油脂類・種実類	
1	火	ご飯 牛乳 麻婆豆腐 パンパンジー	豆腐 豚肉 みそ 鶏肉	牛乳	にんじん ねぎ 玉ねぎ たけのこ キャベツ きゅうり 干しいたけ	米 砂糖 片栗粉	米油 ごま油 白ごま	546 1.4	
2	水	ご飯 牛乳 ゴーヤチャンプルー 春雨スープ	豚肉 豆腐 たまご 卵	牛乳	にんじん チンゲン菜	米 砂糖 春雨	米油 ごま油	546 1.2	
3	木	ロールパン 牛乳 アマトリチャーナ チンゲン菜とささみのサラダ	ベーコン 鶏肉	牛乳	にんじん トマト チンゲン菜	玉ねぎ キャベツ	ロールパン スパゲティ	米油 オリーブ油	621 2.1
4	金	ほたるおこわ 牛乳 ゆで豚の梅みょうが和え すまし汁	黒大豆 豚肉 豆腐 油揚げ	牛乳 わかめ	にんじん キャベツ きゅうり 玉ねぎ とうもろこし 干しいたけ みょうが 梅	米 砂糖		500 2.5	
7	月	夏野菜カレー 牛乳 お星さまのサラダ	豚肉	牛乳	にんじん かぼちゃ トマト ピーマン	ズッキーニ キャベツ きゅうり	米 麦 砂糖 マカロニ	米油 マヨネーズ	621 1.4
8	火	ご飯 牛乳 いわしの主菜煮 よるこびキャベツ 豚汁	豚肉 みそ	牛乳 いわし 昆布	にんじん ねぎ キャベツ 玉ねぎ ごぼう 板こんにゃく	米		550 1.8	
9	水	ご飯 牛乳 野菜のピザ焼き 白玉スープ	ベーコン 豚肉	牛乳 チーズ わかめ	トマト ピーマン にんじん ねぎ	なす 玉ねぎ しめじ	米 白玉もち	マヨネーズ	580 2.3
10	木	ご飯 牛乳 のり佃煮 肉じゃが きゅうかめのしゃきしゃき和え	豚肉 ハム	牛乳 のり きゅうかめ	にんじん さやいんげん	玉ねぎ もやし きゅうり 糸こんにゃく	米 じゃがいも 砂糖	米油 白ごま	539 2.0
11	金	たこ飯 牛乳 かきみでる！GoGo炒め かぼちゃのみそ汁	たこ 豚肉 みそ 豆腐	牛乳	にんじん かぼちゃ さやいんげん ねぎ ひろしま菜	ごぼう 玉ねぎ ししいたけ 板こんにゃく	米 砂糖	ごま油 白ごま	500 2.3
14	月	ご飯 牛乳 鶏肉とキャベツのみそ炒め もずくスープ	鶏肉 みそ 豆腐	牛乳 もずく	にんじん かぼちゃ ねぎ	玉ねぎ キャベツ ししいたけ	米 砂糖	米油	510 1.7
15	火	ご飯 牛乳 鯉の塩焼き ちくわの梅酢和え 赤だし汁	鯉 ちくわ 豆腐 みそ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ キャベツ きゅうり 玉ねぎ 板こんにゃく 梅	米 砂糖		570 2.2	
16	水	ご飯 牛乳 スタミナ焼き ブルーベリーゼリー	牛肉 豚肉	牛乳 寒天	にんじん	玉ねぎ キャベツ ししいたけ ブルーベリー	米 砂糖	米油	530 0.6
17	木	ご飯 牛乳 アカモク衣のかき揚げ キャベツのレモン風味 レタスのスープ	大豆 ベーコン	牛乳 アカモク	にんじん レタス	玉ねぎ キャベツ しめじ とうもろこし レモン	米 薄力粉 砂糖 片栗粉	サラダ油	562 1.4
18	金	食パン 牛乳 いちごジャム 広島名物たっぷり塩レモン焼きそば キャベツと小松菜のサラダ	豚肉 ハム	牛乳	にんじん ねぎ 小松菜	キャベツ もやし レモン 干しいたけ	食パン 中華めん 砂糖 ジャム	米油 ごま油	544 1.7