

令和2年度 7月分学校給食献立予定表

金山町学校給食共同調理場

きいろ：熱や力のもとになる あか：体をつくるもとになる みどり：体の調子をととのえる

	月	火	水	木	金					
こんだてめい	<ul style="list-style-type: none"> 都合により、献立が変更になる場合があります。 小：小学校 中：中学校のカロリーになります。 ★は金山産の食材を使用する予定です。 		<p>1</p> <p>焼きそば</p> <p>かぼちゃコロッケ</p> <p>肉団子スープ</p> <p>さくらんぼ</p> <p>牛乳</p> <p>小687 中825キロカロリー</p>		<p>2</p> <p>ごはん</p> <p>いわしの梅醤油煮</p> <p>いそ和え</p> <p>豚汁</p> <p>牛乳</p> <p>小630 中760キロカロリー</p>					
	<p>7月の金山産紹介</p>  <p>○お米（はえぬぎ） ○ニラ（夢市グループ） ○むきまめ（天口鯉屋） ○豆腐・厚揚げ（ならだいのトーフ屋） ○ブルーベリー（有屋ブルーベリー園の柴田育子さん） ○いちご（朴山の石井和代さん） ○かぼちゃ（田屋の西田哲さん）</p>		<p>3</p> <p>ごはん ふりかけ</p> <p>シューマイ</p> <p>レパニラ炒め</p> <p>えのきのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小674 中825キロカロリー</p>		<p>★ごはん あぶら シューマイのかわかたくりこ ごまあぶら ごま</p> <p>ふだにく ふだレパー ★どうぶ みそぎゅうにゅう</p> <p>うめほし ほうれんそう にんじん ねぎ もやし だいこん こんにやく こぼろ</p> <p>しょうが にんにく にんじん ねぎ ニラ もやし えのきだけ だけのこ</p>					
	きいろ	<p>6</p> <p>ごはん</p> <p>あじの南蛮漬け</p> <p>米粉麵炒め</p> <p>チンゲンサイのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小648 中783キロカロリー</p>		<p>7 七夕献立</p> <p>彩りそぼろ丼</p> <p>皇型チーズサラダ</p> <p>金山ベリーヨーグルト</p> <p>牛乳</p> <p>金山産のブルーベリーといちご入り</p> <p>小1703 中858キロカロリー</p>	<p>8</p> <p>コッパン</p> <p>白身魚フライ</p> <p>ブロッコリーサラダ</p> <p>ミネストローネ</p> <p>牛乳</p> <p>小643 中836キロカロリー</p>	<p>9</p> <p>大豆入りドライカレーライス</p> <p>ツナサラダ</p> <p>バインコンポート</p> <p>牛乳</p> <p>小649 中782キロカロリー</p>	<p>10</p> <p>ごはん 梅干し</p> <p>鶏肉の南部焼き</p> <p>すき昆布煮物</p> <p>なすのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小638 中756キロカロリー</p>			
	あか	<p>★ごはん あぶら かたくりこ さとう こめこめん</p> <p>あじ ふだにく ★どうぶ みそぎゅうにゅう</p>		<p>★ごはん さとう あぶら</p> <p>とりにく ハム チーズ きゅうにゅう ヨーグルト</p>	<p>コッパン パンこ あぶら マカロニ バター じゃがいも</p> <p>ホキ ベーコン きゅうにゅう</p>	<p>★ごはん あぶら さとう</p> <p>ふだにく ふだレパー だいす ツナ きゅうにゅう</p>	<p>★ごはん ごま あぶら さとう</p> <p>とりにく さつまあげ すきこんぶ あぶらあげ みそ きゅうにゅう</p>			
みどり	<p>ねぎ ほししいたけ たまねぎ にんじん キャベツ ビーマン しめじ チンゲンサイ</p>		<p>しょうが たまねぎ にんじん コーン あかビーマン ★むきまめ キャベツ きゅうり ★ブルーベリー ★いちご パナナ みかん もも</p>	<p>ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ にんにく セロリ トマト</p>	<p>しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース レーズン キャベツ きゅうり バイン</p>	<p>しょうが こんにやく にんじん なす ★むきまめ えのきだけ うめほし</p>				
こんだてめい	<p>13</p> <p>ごはん ふりかけ</p> <p>タラと高野豆腐の揚げ煮</p> <p>じゃがいものきんぴら</p> <p>小松菜のみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小689 中824キロカロリー</p>		<p>14</p> <p>ごはん</p> <p>豚肉のバーベキューソース</p> <p>ニラのおひたし</p> <p>厚揚げのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小647 中783キロカロリー</p>		<p>15</p> <p>米粉パン</p> <p>コーンサラダ</p> <p>クリームシチュー</p> <p>メロン</p> <p>牛乳</p> <p>小667 中871キロカロリー</p>		<p>16</p> <p>ごはん</p> <p>ホッケの塩焼き</p> <p>チンジャオロース</p> <p>ワンタンスープ</p> <p>牛乳</p> <p>小600 中719キロカロリー</p>		<p>17</p> <p>スタミナ丼</p> <p>しょうが和え</p> <p>麩のみそ汁</p> <p>日向夏ゼリー</p> <p>牛乳</p> <p>小698 中819キロカロリー</p>	
	きいろ	<p>★ごはん かたくりこ あぶら じゃがいも ごま さとう</p>		<p>★ごはん あぶら さとう ごま</p>	<p>こめこパン あぶら じゃがいも はくりきこ バター スキムミルク</p> <p>とりにく きゅうにゅう</p>	<p>★ごはん さとう あぶら かたくりこ ごまあぶら ワンタンのかわ</p>	<p>★ごはん ごまあぶら あぶら ひゅうがなつゼリー</p>			
	あか	<p>タラ こうやどうふ ベーコン みそ あぶらあげ かつおぶし きゅうにゅう</p>		<p>ふだにく ★あつあげ わかめ みそ きゅうにゅう</p>	<p>とりにく ぎゅうにゅう</p>	<p>ホッケ ふだにく きゅうにゅう</p>	<p>ふだにく ★どうぶ ふ みそぎゅうにゅう</p>			
	みどり	<p>★むきまめ にんじん ビーマン こんにやく こまつな えのきだけ</p>		<p>たまねぎ にんにく りんご ★ニラ にんじん もやし コーン ねぎ</p>	<p>キャベツ にんじん きゅうり コーン たまねぎ ブロッコリー メロン</p>	<p>しょうが たけのこ にんじん ビーマン もやし ねぎ ほうれんそう</p>	<p>しょうが にんにく たまねぎ ねぎ にんじん ★ニラ キャベツ もやし ブロッコリー</p>			
こんだてめい	<p>20</p> <p>ごはん</p> <p>さんばのかは焼き</p> <p>筑前煮</p> <p>玉ねぎのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小691 中840キロカロリー</p>		<p>21</p> <p>ごはん</p> <p>とりにく にんにく しょうゆ煮</p> <p>鶏肉のにんにく醤油煮</p> <p>いんげんのごま和え</p> <p>しめじのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小649 中780キロカロリー</p>		<p>22</p> <p>冷やし中華</p> <p>鮭メンチカツ</p> <p>いちごアイス</p> <p>牛乳</p> <p>小749 中858キロカロリー</p>		<p>23</p> <p>海の白</p> 		<p>24</p> <p>スポーツの白</p> 	
	きいろ	<p>★ごはん あぶら さとう ごま かたくりこ</p>		<p>★ごはん ごま さとう</p>	<p>ちゅうかめん ごま パンこ いちごアイス</p>	<p>★ごはん さとう あぶら かたくりこ ごまあぶら ワンタンのかわ</p>		<p>ふだにく ★どうぶ ふ みそぎゅうにゅう</p>		
	あか	<p>さんま とりにく わかめ あぶらあげ みそ きゅうにゅう</p>		<p>とりにく ちくわ ★あつあげ みそぎゅうにゅう</p>	<p>ハム かまぼこ わかめ さけ たら きゅうにゅう</p>	<p>きゅうり もやし たまねぎ</p>		<p>ふだにく スキムミルク ツナ だいす きんとくまめ てなしまめ きゅうにゅう</p>		
	みどり	<p>ほししいたけ たけのこ こんにやく にんじん こぼろ さやいんげん たまねぎ</p>		<p>こんにやく にんにく さやいんげん もやし にんじん しめじ ねぎ</p>	<p>キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ ブロッコリー</p>	<p>しょうが キャベツ にんじん ねぎ こまつな わさび だいこん キムチ</p>		<p>しょうが キャベツ にんじん ねぎ こまつな なす じゃがいも トマト キャベツ きゅうり にんじん スイカ</p>		
こんだてめい	<p>27</p> <p>ごはん</p> <p>鶏肉ねぎソース</p> <p>野菜炒め</p> <p>なめこ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小680 中815キロカロリー</p>		<p>28</p> <p>マーボーナス丼</p> <p>切干大根中華和え</p> <p>タピオカ入りフルーツ白玉</p> <p>牛乳</p> <p>小750 中915キロカロリー</p>		<p>29</p> <p>黒パン</p> <p>ウインナー</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>ポトフ</p> <p>牛乳</p> <p>小674 中900キロカロリー</p>		<p>30 金中なし</p> <p>ごはん</p> <p>さばの照り焼き</p> <p>和風サラダ</p> <p>キムチ汁</p> <p>牛乳</p> <p>小670キロカロリー</p>		<p>31 金中なし</p> <p>夏野菜カレーライス</p> <p>ビーンズサラダ</p> <p>スイカ</p> <p>牛乳</p> <p>小711キロカロリー</p> 	
	きいろ	<p>★ごはん かたくりこ あぶら ごま さとう ごまあぶら</p>		<p>★ごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ ごま しらたまもち タピオカ</p>	<p>くろパン あぶら じゃがいも</p>	<p>★ごはん ごまあぶら ごま</p>	<p>★ごはん じゃがいも あぶら カレールウ</p>			
	あか	<p>とりにく ベーコン ★どうぶ みそぎゅうにゅう</p>		<p>ふだにく みそ きゅうにゅう</p>	<p>ウインナー ハム とりにく きゅうにゅう</p>	<p>さば あぶらあげ かつおぶし みそ ふだにく ★どうぶ きゅうにゅう</p>		<p>ふだにく スキムミルク ツナ だいす きんとくまめ てなしまめ きゅうにゅう</p>		
	みどり	<p>ねぎ しょうが キャベツ たまねぎ にんじん しめじ なめこ ねぎ</p>		<p>しょうが にんにく たまねぎ ★ニラ にんじん なす ねぎ ブロッコリー きりほしだいこん みかん もも バイン</p>	<p>キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ ブロッコリー</p>	<p>しょうが キャベツ にんじん ねぎ こまつな わさび だいこん キムチ</p>		<p>にんにく たまねぎ ビーマン コーン なす ★かぼちゃ トマト キャベツ きゅうり にんじん スイカ</p>		