

# 7月分 給食予定献立表

芽室町学校給食センター

日	牛乳	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	アレルギー
1月	○	麦入りごはん		米 大麦		
		豆腐となめこのみそ汁	とうふ		なめこ にんじん だいこん 長ねぎ	大豆
		鶏肉の照り焼き	とり肉			小麦 大豆
		もやしのおかかあえ	削り節 小魚		もやし ほうれん草 キャベツ	小麦 大豆
2火	○	コーンパン		パン	コーン	小麦 乳
		アルファベットスープ	ウインナー	マカロニ	ほうれん草 さやいんげん にんじん	小麦 大豆
		オムレツ(ケチャップ)	オムレツ			卵 大豆
		ごぼうサラダ		ごまドレッシング	ごぼう にんじん コーン	小麦 大豆
3水	○	麦入りごはん		米 大麦		
		たもぎ茸のみそ汁			たもぎたけ だいこん 長ねぎ	大豆
		切り干し大根のそぼろ炒め	とり肉		だいこん えだまめ にんじん	小麦 大豆
		にんじんのごまみそあえ	とり肉	ごま	にんじん もやし	小麦 大豆
4木	○	かしわうどん	とり肉 わかめ	うどん	ほうれん草 にんじん キャベツ だいこん 長ねぎ	小麦 大豆
		鶏肉と枝豆のキャベツ焼き	とり肉	小麦粉	えだまめ キャベツ 玉ねぎ にんじん	小麦 大豆
5金	○	ポークカレーライス	ぶた肉	米 大麦 ジャがいも 小麦粉	玉ねぎ にんじん トマト さやいんげん (りんご)	小麦 大豆
		野菜とチーズのサラダ	チーズ	セパレートドレッシング	キャベツ きゅうり えだまめ	乳 大豆
8月	○	麦入りごはん		米 大麦		
		大根のみそ汁	とうふ		だいこん にんじん 長ねぎ	大豆
		いわしの梅煮	いわし		梅	小麦 大豆
		ほうれん草と油揚げのおひたし	油あげ		ほうれん草 もやし にんじん	小麦 大豆
9火	○	セルフドック				
		「背割りパン」		パン		小麦 乳
		「ほたてフライ(タルタルソース)」	ほたて	小麦粉 タルタルソース(卵不使用)	きゅうり 玉ねぎ パセリ	小麦 大豆
		野菜とじゃがいものスープ		じゃがいも	ほうれん草 にんじん 玉ねぎ しいたけ	小麦 大豆
野菜とツナのサラダ	ツナ	セパレートドレッシング	キャベツ コーン	大豆		
10水	○	麦入りごはん		米 大麦		
		豆腐のみそ汁	とうふ		にんじん はくさい たもぎたけ 長ねぎ	大豆
		きんぴらごぼう	ぶた肉	ごま	ごぼう にんじん こんにゃく	小麦 大豆
		ささみの和風サラダ	とり肉	青じそドレッシング	きゅうり にんじん もやし	小麦 大豆
11木	○	クリームスパゲッティ	とり肉 生クリーム 牛乳	スパゲッティ バター 小麦粉	玉ねぎ にんじん ほうれん草 しめじ	小麦 大豆 乳
		フルーツ白玉		白玉	もも みかん バイン	大豆
12金	○	オニオンピラフ	とり肉	米	玉ねぎ にんじん えだまめ	大豆
		チンゲン菜のスープ	とうふ		チンゲン菜 だいこん 長ねぎ	大豆
		クリスピーチキン	とり肉	小麦粉		小麦 大豆
16火	○	まるパン		パン		小麦 乳
		野菜コンソメスープ	ウインナー		ほうれん草 さやいんげん にんじん	小麦 大豆
		ポークチャップ	ぶた肉		玉ねぎ にんじん	
		サウザンサラダ	ハム	サウザンアイランドドレッシング	キャベツ ブロッコリー	

1人3個

鳥本農場さんから  
無償で提供  
していただいた  
芽室産ごぼうを  
使用します！

日	牛乳	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	アレルギー	
17 水	○	麦入りごはん		米 大麦			
		厚揚げのみそ汁	厚あげ		だいこん にんじん こまつな 長ねぎ	大豆	
		ほっけ西京フライ	ほっけ	小麦粉			小麦 大豆
		やみつきキャベツ	塩こんぶ	ごま	キャベツ もやし		小麦 大豆
18 木	○	しおラーメン	とり肉 わかめ	ラーメン	キャベツ にんじん もやし ほうれん草 長ねぎ	小麦	
		焼きぎょうざ(1人3個)	ぶた肉 とり肉	小麦粉 (オイスターソース)	キャベツ 玉ねぎ にら	小麦 大豆	
		型抜きチーズ	チーズ				乳
19 金	○	◆めむろまるごと給食◆ (☆がついている食材は芽室産です)					
		☆いんげんとひき肉のあんかけごはん	☆ぶた肉	米 大麦	☆さやいんげん にんじん ☆コーン	小麦 大豆	
		わかめとじゃがいものみそ汁	わかめ 油あげ	☆じゃがいも	玉ねぎ	大豆	
		シークワサーゼリー		シークワサーゼリー			
22 月	○	麦入りごはん		米 大麦			
		豆腐と油揚げのみそ汁	とうふ 油あげ		たもぎたけ 長ねぎ	大豆	
		☆大根の煮物	とり肉		だいこん にんじん さやいんげん	小麦 大豆	
		ほうれん草のあえもの	小魚		ほうれん草 キャベツ にんじん	小麦 大豆	
23 火	○	十勝バターパン		パン		小麦 乳 卵 大豆	
		ラビオリスープ	ベーコン とり肉 ぶた肉	小麦粉	にんじん はくさい さやいんげん 玉ねぎ	小麦 大豆	
		のり塩ポテトコロケ	青のり	じゃがいも 小麦粉		小麦 大豆	
		コーンクリーミーサラダ		コーンクリーミードレッシング	コーン キャベツ えだまめ	大豆	
24 水	○	麦入りごはん		米 大麦			
		根菜のみそ汁	とうふ		だいこん にんじん ごぼう えのきたけ 長ねぎ	大豆	
		とりじゃが	とり肉	じゃがいも	にんじん 玉ねぎ さやいんげん しらたき	小麦 大豆	
25 木	○	ナポリタン風スパゲッティ	ウインナー	スパゲッティ	玉ねぎ にんじん エリンギ ピーマン	小麦	
		カラフルマヨサラダ	ベーコン	マヨネーズ(卵不使用)	キャベツ ブロッコリー コーン	大豆	
26 金	○	☆救給五目ごはん(芽小・西小・南小)		米 さつまいも	にんじん ごぼう しいたけ こんにゃく		
		☆救給カレー(上小・上中・芽中・西中)		米 じゃがいも	にんじん 玉ねぎ しめじ コーン		
		いもだんご汁	油あげ	いもだんご	だいこん にんじん 長ねぎ	小麦 大豆	
		野菜サラダ		セバレートドレッシング	キャベツ えだまめ にんじん	大豆	

「救給五目ごはん」「救給カレー」は、機械の故障等により給食センターでの調理ができない場合に提供する非常用の備蓄ごはんです。備蓄ごはんの入れ替えに伴い、現在保管している分を26日(金)に提供します。

◎●お願い●◎

- ・食べ終わった後は、食器・スプーン・その他の容器に元通りにして返してください。
- ・食べ物以外は燃えるごみ・燃やさないごみ・牛乳パックに分けてください。
- ・食器や食缶は大切に扱きましょう。

～今月の給食で使用している芽室町産の食べ物～



7月の平均値

- ・エネルギー 751kcal
- ・たんぱく質 29.7g
- ・脂質 24.3g

※アレルギーの表示欄は7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、落花生)+大豆を表示しています。  
 ※献立表の中に( )で記載されている食材については調味料として使用されているものです。  
 ※材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。  
 ※献立名の前に「☆」がついている献立は新メニューです。

学校給食費は納入期限までに納入をお願いします。  
 【納期限】 7月分 7月25日(木)