

令和7年

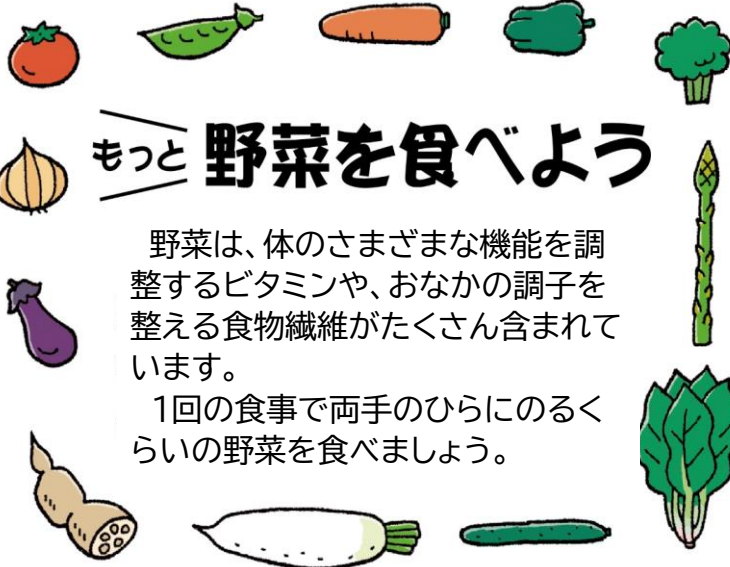


7月分予定献立表



羽生市学校給食センター

日	こんだて名 主食 飲み物 おかず	アレルギー物質 全28品目中	使用材料名			栄養価	
			赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとなる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとなる	緑色の食品 体の調子を整える もとなる	上段：小 エネルギー (kcal)	下段：中 たんぱく質 (g)
1 火 	ごはん			ごはん		610	26.1
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	さわにわん	豚肉	豚肉	春雨	人参 たけのこ えのきたけ さやえんどう	796	33.3
	★ほっけフライ ソース	小麦 大豆 りんご	ほっけフライ	油			
	あつあげとやさいのいためもの	大豆 鶏肉	厚揚げ 鶏肉	油 砂糖 でん粉	人参 玉ねぎ たけのこ ブロccoliー 生姜		
2 水 	ごはん			ごはん		590	22.1
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			753	27.1
	レタスのスープ	鶏肉 豚肉	ウインナー	油	レタス 人参 玉ねぎ しめじ		
	プレーンオムレツ	卵	プレーンオムレツ				
3 木 	ガバオライスのぐ	鶏肉 豚肉	鶏肉 豚肉	油 砂糖 でん粉	ピーマン 玉ねぎ 人参 にんにく バジル	619	18.8
	こどもパン	小麦 大豆		こどもパン			773
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	ジャーマンスープ	鶏肉 豚肉	ウインナー	じゃがいも	人参 玉ねぎ コーン パセリ		
	ハムカツ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ハムカツ	油			
4 金 	はちみつレモンゼリーポンチ	もも		はちみつレモンゼリー	パイナップル みかん もも	538	22.6
	ごはん			ごはん			701
	【ジョア（ブルーベリー）】	乳	ジョア				
	なすとかぼちゃのみそしる	大豆	厚揚げ みそ		なす かぼちゃ 玉ねぎ 小松菜		
	さばのカレーてりやき	さば 大豆 ゼラチン	さばのカレー照り焼き漬け				
七タ献立 7 月 	★ひじきのいために	大豆 鶏肉	ひじき 鶏肉 大豆	油 砂糖	人参 干し椎茸 しらたき	632	20.7
	ごはん			ごはん			796
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	たなばたじる	小麦 大豆	かまぼこ 油揚げ	うーめん 麩	えのきたけ 人参 きくらげ オクラ さやえんどう		
	ほしがたメンチカツ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	メンチカツ	油		796	24.9
8 火 	きりぼしだいこんのやさそばソースいため	大豆 豚肉 りんご	豚肉 青のり	油	切り干し大根 人参 もやし		
	【たなばたさんしょくゼリー】	大豆		七タ3色ゼリー（レモン・メロン・豆乳）		537	21.2
	ごはん			ごはん			703
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	にらたまごスープ	卵 大豆 鶏肉	卵 豆腐	でん粉	にら えのきたけ ねぎ		
9 水 	とうふハンバーグ おろしソースかけ	大豆 鶏肉 豚肉	豆腐ハンバーグ	砂糖 でん粉	大根	690	24.6
	こまつなとしらたきのにびたし	大豆	ツナ	油 砂糖	小松菜 しらたき 人参		836
	【ソフトめん】	小麦		ソフトめん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			549	25.4
	ミートソース	小麦 大豆 豚肉	豚肉	ハヤシルウ 油	トマト 人参 玉ねぎ セロリ マッシュルーム グリンピース にんにく 生姜		
10 木 	やさいコロッケ	小麦 乳 大豆		野菜コロッケ 油		703	32.2
	【みかんゼリー】			みかんゼリー			
	クロワッサン	小麦 乳 大豆		クロワッサン		635	27.4
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				810
	やさいのミルクスープ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	牛乳 脱脂粉乳 ウインナー	シチュールウ 油	人参 玉ねぎ しめじ コーン ほうれん草		
11 金 	グリルチキンカツ ソース	小麦 大豆 鶏肉 りんご	グリルチキンカツ			634	26.3
	キャベツとツナのソテー	大豆 豚肉	ツナ ベーコン	油	キャベツ 人参		822
	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			602	27.0
	マーボーどうふ	大豆 鶏肉 豚肉	豆腐 豚肉 大豆 みそ	油 ごま油 砂糖 でん粉	人参 干し椎茸 たけのこ ほうれん草 ねぎ 生姜 にんにく		
12 土 	ポークシュウマイ（2こ）	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ポークシュウマイ			604	20.8
	【★れいとうりんご】	りんご			りんご		813
	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			603	23.6
	★うったちじる	小麦 豚肉	豚肉	すいとん 里芋 油	人参 ごぼう 玉ねぎ 干し椎茸 ねぎ		
13 日 	アジのピリからやき	小麦 大豆	アジのピリ辛漬け			773	29.4
	はるさめのごもくいため	大豆 鶏肉 豚肉	豚肉	春雨 油 ごま油	人参 たけのこ もやし にら		
	ごはん			ごはん		604	20.8
	【ジョア（プレーン）】	乳	ジョア				813
	なつやさいかレー	小麦 大豆 豚肉 りんご	豚肉	カレールウ 油	かぼちゃ ブズッキーニ トマト 人参 玉ねぎ りんご にんにく		
14 月 	チキンナゲット（小2こ、中3こ）	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	チキンナゲット			604	20.8
	いんげんといかのソテー	いか	いか	油	いんげん 人参 コーン にんにく		
	給食回数12回					603	23.6
	※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。						
	※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかんで”食べる日にしましょう！					773	29.4
	※ 刀の日は、先割れスプーンがつかます。						
	※ 杯の日は、おわんが2こつかます。					604	20.8
	※ 【】のものは、学校配送品です。						
	※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がありましたら学校給食センターまでお問い合わせください。						



もっと野菜を食べよう

野菜は、体のさまざまな機能を調整するビタミンや、おなかの調子を整える食物繊維がたくさん含まれています。

1回の食事で両手のひらにのるくらいの野菜を食べましょう。

今月の特別献立は

- 7日（月）七夕献立
- 15日（火）佐賀県郷土料理献立



給食センターでは給食の写真を毎日更新中です★



羽生市HP



食物アレルギー対象品目について	原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
アレルギーは、食品に含まれているものを記載しています。右記の表に記載している調味料等のアレルギーは記載していませんのでご了承ください。 「学校給食における食物アレルギー対応指針」（文部科学省 平成27年3月作成）を基に作成	鶏卵	卵殻カルシウム
	牛乳	乳糖・乳清焼成カルシウム
	小麦	しょうゆ・酢・みそ
	大豆	大豆油・しょうゆ・みそ
	ゴマ	ゴマ油
	魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう
	肉類	エキス