



7月・8月 こんだてひょう



令和8年度

御船町学校給食センター

●ごはん用おわん (P-2) ○大きいおかず用おわん ◆平皿 ★小皿 ■カレー皿・・・工夫して盛り付けよう!

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー たんぱく質
					ねつやちからになる(黄)	ちやにくやほねになる(赤)	からだのちようしをととのえる(緑)	
1	すい	ルーローハン (■麦ごはん)		○ワタンスープ ■ルーローハンの具	こめ むぎ ごまあぶら あぶら さとう でんぷん ワタン	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく うずらたまご	もやし にんじん たまねぎ なら きくらげ にんにく チンゲンサイ しょうが たけのこ ねぎ	639 25.4
2	もく	カレーライス (■麦ごはん)		■チキンカレー ◆ハムサラダ 豆腐ムース	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら とうにゅうムース	ぎゅうにゅう とりにく ハム しろいんげんまめ	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく キャベツ きゅうり	675 22.1
3	きん	●麦ごはん		○豆腐のみそ汁 ◆鶏肉のごまだれ焼き ◆ポテトサラダ	こめ むぎ ごま さとう じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ だし (いりこ) とりにく ツナ	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが えのきたけ きゅうり	630 26.4
6	げつ	●麦ごはん		○豚肉となすのうどん ◆ツナマヨサラダ ヨーグルト	こめ むぎ さとう あぶら うどん ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ あぶらあげ だし (いりこ) ヨーグルト	なす にんじん えのきたけ ねぎ キャベツ きゅうり	593 24.3
たなばた 七夕きゅうしょく				○セタスープ ◆ハンバーグ・レタス ●キラキラフルーツ白玉	まるパン じゃがいも ごまあぶら さとう あんにんどうふ ナタデココ しらたまだんご	ぎゅうにゅう おさかなめん ハンバーグ	にんじん たまねぎ オクラ えのきたけ レタス みかん もも	591 22.7
7	か	セルフバーガー (丸パン)		○肉と野菜のピリッと旨煮 ◆わかめといかの酢の物 ●じゃこひじきふりかけ	こめ むぎ じゃがいも さとう こんにゃく あぶら ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ てんぷら いか わかめ しらす ひじき かつおぶし	たまねぎ にんじん えだまめ ごぼう しょうが キャベツ きゅうり しそ	621 25.3
サッカーワールドカップ 開催地メニュー				○野菜のスープ煮 ◆いわしのカリカリフライ(1尾) ◆ビーンズサラダ	こめ むぎ バター じゃがいも あぶら ノンエッグマヨネーズ さとう	ウインナー ぎゅうにゅう チーズ ベーコン いわしのカリカリフライ ミックスビーンズ	たまねぎ ピーマン にんじん にんにく しめじ きゅうり キャベツ こまつな えだまめ	605 22.6
9	もく	●ジャンバラヤ		○うすらの卵のすまし汁 ◆いわしの生姜煮 ◆御船川とささみのごまサラダ	こめ むぎ ごま さとう	ぎゅうにゅう うずらたまご とうふ わかめ こんぶ とりにく だし (かつおぶし・こんぶ) いわししょうがに	にんじん たまねぎ ねぎ えのきたけ みふねがわ キャベツ	616 25.8
セレクトきゅうしょく				○ダブルマーボー a ◆焼きぎょうざ(2ヶ) b ◆揚げ春巻き(1ヶ) c ◆蒸し肉まん(1ヶ) ◆カリカリきゅうり	こめ むぎ はるさめ さとう でんぷん ごまあぶら あぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず みそ ぎょうざ はるまき にくまん	きくらげ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく きゅうり	a 636 24.2 b 714 24.2 c 645 24.3
きゅうしょく としよ 給食 × 図書コラボメニュー ～ひ・る・こ・は・ん～				○スパゲティナポリタン ◆トマトとツナのサラダ 大豆チョコクリーム	あぶら さとう しよくパン スパゲティ だいずチョコクリーム	ぎゅうにゅう ウインナー ツナ	たまねぎ にんじん ピーマン しめじ トマト レタス きゅうり コーン	601 21.9
14	か	食パン		○冬瓜スープ ◆みそカツ ◆キャベツのしそ和え	こめ むぎ ごまあぶら あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ とうふ トンカツ みそ	とうがん たまねぎ チンゲンサイ にんじん ねぎ キャベツ しそ きゅうり	614 23.4
あじ たび あいちけん 味の旅～愛知県～				○にら玉スープ ◆さばのカレー醤油漬 ◆ごまあえ	こめ むぎ じゃがいも でんぷん ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ わかめ さば	たまねぎ にんじん なら しょうが きゅうり こまつな キャベツ	24.3 27.2
ふるさとくまさんデー ～甲佐町のにら～				○にら玉スープ ◆さばのカレー醤油漬 ◆ごまあえ	こめ むぎ じゃがいも でんぷん ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ わかめ さば	たまねぎ にんじん なら しょうが きゅうり こまつな キャベツ	24.3 27.2
なつ やす 夏 休 み								
8/31	げつ	夏野菜カレーライス (■麦ごはん)		◆夏野菜のカレー ◆シーザーサラダ ◆ぶどう (2ヶ)	こめ むぎ クルトン さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ スキムミルク ハム	たまねぎ かぼちゃ なす トマト にんじん えだまめ コーン きゅうり にんにく しょうが レタス ぶどう	666 22.9

※献立・材料・実施の有無は都合により変更する場合があります