

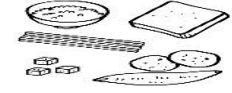
令和7年



7.8 月 分 学 校 給 食 献 立 予 定 表



棚倉町学校給食センター

日 / 曜	欠食校 ・ 行事等	献立名	あか		みどり		き		栄養成分表示			
			おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
								kcal	g	g	g	
1 / 火		ごはん いわしのかば焼き じゃがいものみそ汁	牛乳 鶏肉 豆腐	いわし切り身 さつま揚げ みそ	切干大根 小松菜 干しいたけ	にんじん いんげん 大根	ごはん 油 麩 ごま油 つきこん さとう じゃがいも	433 625 744	17.4 23.7 28.1	13.4 18.1 20.4	1.7 2.1 2.5	
2 / 水	棚幼	ナン キーマカレー フルーツ（すいか）	牛乳 豚肉	チキンハム 鶏肉	キャベツ きゅうり たまねぎ グリーンピース	にんじん コーン トマトピューレ りんごソース すいか	ナン 油 カレーパウダー マカロニ じゃがいも	458 632 764	14.4 20.8 24.3	17.9 25.2 29.0	2.8 3.6 4.5	
3 / 木		ごはん ハンバーグのおろしソースかけ 豆のサラダ	牛乳 大豆 みそ	ハンバーグ 油揚げ	大根 ブロッコリー コーン	枝豆 きゅうり 小松菜	ごはん さとう 油 じゃがいも ごま ごま油	418 647 783	15.9 24.3 29.2	13.0 20.3 23.9	1.8 2.3 2.8	
4 / 金		しょうゆラーメン バンバンジー	牛乳 豚肉	なると ソフトチキン	メンマ にんじん 小松菜 きゅうり	ねぎ もやし 大根	中華めん ごま さとう もちもちおいも ごま油	473 625 783	21.6 28.8 35.7	14.2 19.2 20.7	1.9 2.4 2.8	
7 / 月	近幼 七夕献立	ごはん 星型メンチカツ マカロニスープ	牛乳 豚肉 かまぼこ	星型メンチカツ 豆腐	キャベツ たまねぎ 小松菜 ほうれん草	にんじん もやし さやえんどう 干しいたけ	ごはん 油 七タセリー 星型マカロニ ごま油	477 672 786	18.0 24.5 28.4	13.8 19.1 21.4	1.7 2.0 2.4	
8 / 火	かみかみ 献立	ごはん マンニョムチキン ジャーマンスープ	牛乳 わかめ ベーコン 寒天	鶏肉 カニかま 鶏卵	きゅうり キャベツ にんじん	大根	ごはん 油 ごま油 じゃがいも さとう ごま	416 627 744	16.3 24.3 28.4	12.7 19.0 21.6	1.7 2.1 2.5	
9 / 水	社川小学校 希望献立	ココア揚げパン 五目野菜肉団子 ミネストローネ	牛乳 五目野菜肉団子 大豆	ベーコン	たまねぎ にんじん ダイズ トマト缶	いんげん マッシュルーム	コッペパン さとう シェルマカロニ ココア 油 じゃがいも はちみつレモンゼリー	508 764 937	14.1 22.6 28.5	14.4 24.0 28.9	1.8 2.4 3.1	
10 / 木	棚小6年	ごはん 白身魚のパン粉焼き キムチ豚汁	牛乳 海藻サラダ	白身魚 カニかま 豆腐	キャベツ コーン ごぼう ねぎ キムチ	大根 にんじん ねぎ キムチ	ごはん 油 さとう つきこん パン粉 ごま油 じゃがいも	389 606 720	17.2 26.2 31.1	9.2 15.1 16.8	1.7 2.2 2.7	
11 / 金	社幼 棚小4年	ビビンバごはん シューマイ わかめスープ	牛乳 鶏肉 シューマイ チキンハム	豚肉 わかめ 錦糸卵	きゅうり にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ えのき	ビビンバごはん さとう 春雨 ごま ごま油 油	450 710 817	16.0 25.2 28.2	15.4 24.0 26.3	2.2 3.0 3.4	
14 / 月		ごはん 白身魚の野菜あんかけ 肉みそスープ	牛乳 豚肉	白身魚 みそ	パプリカ たまねぎ 干しいたけ にんじん	ピーマン もやし いんげん ねぎ 小松菜 白菜 キャベツ 枝豆	ごはん さとう ごま 春雨 片栗粉	408 623 744	18.3 27.0 32.1	11.6 17.6 20.0	1.8 2.3 2.8	
15 / 火		ごはん 道産野菜のふっくら寄せ もみづけ	牛乳 わかめ 鶏卵	道産野菜のふっくら寄せ 鶏肉	キャベツ きゅうり 干切りたくあん 小松菜	大根 にんじん たまねぎ	ごはん ごま じゃがいも さとう 仙台東	446 647 805	18.8 25.9 32.7	10.3 15.6 18	1.6 2.0 2.4	



7.8 月 分 学 校 給 食 献 立 予 定 表



日 / 曜	欠食校 ・ 行事等	献立名	あか		みどり		き		栄養成分表示			
			おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
									kcal	g	g	g
16 / 水		背割れコッパパン 牛乳 ウインナー ごぼうサラダ アルファベットスープ	牛乳 ツナ	ウインナー わかめ	きゅうり ごぼう たまねぎ	にんじん キャベツ マッシュルーム	背割れコッパパン さとう 油 アルファベットマカロニ	397 682 794	15.7 26.8 30.7	18.8 32.0 34.9	1.9 3.0 3.4	
17 / 木		麦ごはん 牛乳 ポークカレー コーンサラダ パインコンポート	牛乳	豚肉	たまねぎ グリーンピース りんごソース パインコンポート	にんじん コーン トマトピューレ キャベツ きゅうり ブロッコリー	麦ごはん カレールウ じゃがいも	436 703 834	12.7 20.5 23.6	11.6 20.2 22.7	1.8 3.1 3.7	
18 / 金		夏野菜スパゲッティ 牛乳 豆腐ナゲット グリーンサラダ りんごゼリー	牛乳 鶏肉	豚肉 豆腐ナゲット	にんじん ピーマン マッシュルーム トマト	たまねぎ コーン きゅうり なす 枝豆 キャベツ	スパゲティめん 油 りんごゼリー	525 734 887	20.6 28.7 34.4	19.3 28.8 30.4	1.5 1.9 2.0	
8月							合計：14食	7月平均	445 664 795	16.9 24.9 29.6	13.9 21.3 23.9	1.8 2.4 2.9
25 / 月	全幼	ごはん 牛乳 サバのみそ煮 トマトのサラダ 豚汁	牛乳 みそ 豆腐	サバのみそ煮 豚肉	キャベツ トマト にんじん ごぼう	きゅうり コーン 大根 はくさい ねぎ	ごはん 油 じゃがいも こんにゃく	396 701 858	14.1 27.2 33.5	11.2 23.8 29.1	1.3 2.2 2.7	
26 / 火		麦ごはん 牛乳 夏野菜カレー ブロッコリーサラダ フルーツ（パイン）	牛乳	豚肉	ブロッコリー にんじん たまねぎ ズッキーニ	キャベツ かぼちゃ きゅうり パイン りんごソース なす トマト	麦ごはん 油 じゃがいも カレールウ	428 692 825	12.5 20.5 23.8	12.7 21.7 24.7	1.5 2.7 3.2	
27 / 水	棚小	黒糖コッパパン 牛乳 ハンバーグトマトソース 夏みかんサラダ コーンポタージュ	牛乳	ハンバーグ	なす たまねぎ パプリカ 夏みかん	ピーマン トマト コーン キャベツ にんじん	黒糖コッパパン 油 さとう ボタージュの素	448 700 841	16.0 25.6 30.4	15.7 23.8 27.3	2.0 2.8 3.4	
28 / 木	かみかみ 献立	ごはん 牛乳 れんこん肉団子 昆布とごぼうの炒め煮 油揚げのみそ汁	牛乳 鶏肉 油揚げ みそ	れんこん肉団子 さつまあげ すき昆布	にんじん ごぼう	キャベツ ねぎ	ごはん つきこん 油 さとう じゃがいも	421 617 745	15.6 21.9 26.3	11.0 16.1 18.2	1.9 2.2 2.8	
29 / 金	棚小,社小, 近小の6年・ 高小	キムチチャーハン 牛乳 ショウロンポー もやしナムル 春雨スープ	牛乳 豚肉 ウインナー	いり玉子 ショウロンポー	たけのこ キムチ ほうれん草 にんじん	ねぎ もやし しめじ 大根 ちがし キャベツ コーン	ごはん 春雨 油 ごま油 さとう ごま	405 634 762	14.0 21.0 24.7	15.7 21.1 27.0	1.5 1.9 2.4	
合計：5食								8月平均	419 668 806	14.4 23.2 27.7	13.2 21.3 25.2	1.6 2.3 2.9

※ 天候や急激な価格の高騰等のため、献立が変更になる事があります。予めご了承願います。

※ アレルギーなどで知りたい食品等がありましたら、給食センターの栄養士までご相談ください。(TEL33－3438)

※ 天候や急激な価格の高騰等のため、献立が変更になる事があります。予めご了承ください。
 ※ アレルギーなどで知りたい食品等がありましたら、給食センターの栄養士までご相談ください。(TEL33-3438)