

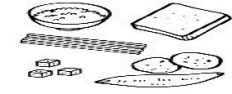
令和8年



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 おもに体をつくる食品		みどり おもに体の調子を整える食品		き おもにエネルギーになる食品		栄養成分表示			
									エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
1 / 水		ナン キーマカレー フルーツ（すいか） 牛乳 マカロニサラダ	牛乳 豚肉	チキンハム 鶏肉	キャベツ きゅうり たまねぎ トマトピューレ	にんじん ｺｰﾝ すいか グリーンピース	ナン 油 カレールウ	マカロニ じゃがいも	429 626 757	13.9 20.7 24.2	16.2 24.9 28.6	2.1 3.4 4.2
2 / 木	棚幼 棚小5年	ごはん いわしのかば焼き かき玉みそ汁 牛乳 リヨネーズポテト	牛乳 ベーコン 豆腐	いわし開き 鶏卵 みそ	たまねぎ にら	いんげん ほうれん草	ごはん 油 じゃがいも さとう		475 643 765	18.8 24.8 29.2	16.7 21.8 24.5	1.8 2.2 2.6
3 / 金	棚小5年	五目うどん かき揚げ 牛乳 わかめとツナの和え物	牛乳 なると ツナ	油揚げ 鶏肉 わかめ	小松菜 ねぎ キャベツ	にんじん 干しいたけ もやし	ソフトめん 油 かき揚げ		443 643 807	17.6 25.3 31.7	16.1 24.7 27.2	2.2 2.7 3.3
6 / 月		ごはん ハンバーグのおろしソース 豆のサラダ 牛乳 小松菜のみそ汁	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		429 592 737	16.3 22.1 27.5	13.8 19.0 23.3	1.7 2.1 2.5
7 / 火	七夕献立	ゆかりごはん 星型コロッケ マカロニスープ 牛乳 野菜炒め セタゼリー	牛乳 豆腐	豚肉 かまぼこ	キャベツ たまねぎ 小松菜 ほうれん草	にんじん もやし 絹さや 干しいたけ	ゆかりごはん セタゼリー（パイン） 油 星型コロッケ ごま油 星型マカロニ		447 605 731	13.9 20.1 23.8	11.8 16.8 19.0	2.2 2.6 3.2
8 / 水	かみかみ 献立	背割れコッペパン ウィンナー もずくスープ 牛乳 ごぼうサラダ	牛乳 ツナ もずく 鶏卵	ウィンナー わかめ ベーコン	きゅうり ごぼう えのき	にんじん たまねぎ	コッペパン さとう 片栗粉		404 654 765	16.6 26.5 30.5	21.5 31.8 34.8	2.1 3.0 3.5
9 / 木	棚倉幼稚園 希望献立	わかめご飯 鶏肉の唐揚げ 豚汁 牛乳 ポテトサラダ チョコクレープ	牛乳 鶏肉 豚肉	みそ チキンハム 豆腐	にんじん きゅうり ごぼう	たまねぎ 大根 ねぎ	わかめごはん チョコクレープ 油 じゃがいも さといも		542 733 857	19.3 27.8 32.9	18.2 24.8 27.2	1.9 2.4 2.8
10 / 金	社幼	ツナごはん 県産鶏つくね 厚揚げのみそ汁 牛乳 いんげんのごまあえ	牛乳 県産鶏つくね 厚揚げ	ツナ みそ	にんじん グリーンピース 小松菜 もやし	はくさい いんげん ねぎ キャベツ えのき ｺｰﾝ ほうれん草	ごはん ごま さとう		445 660 764	17.6 26.5 29.7	15.0 23.6 25.4	1.9 2.5 2.9
13 / 月	近幼	ごはん さばのみそ煮 じゃがいものみそ汁 牛乳 切干大根の炒め煮	牛乳 鶏肉 油揚げ	さばのみそ煮 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 ごま油 庄内麩	つきこん さとう じゃがいも	473 633 792	19.6 25.5 31.8	16.4 21.4 26.5	1.8 2.2 2.7
14 / 火		ごはん 豚キムチ わかめスープ 牛乳 バンサンスー	牛乳 錦糸卵 わかめ	豚肉 チキンハム 厚揚げ	はくさい ねぎ きゅうり にんじん	にら キムチ キャベツ えのき	ごはん ごま ごま油 春雨	油 さとう 春雨	401 613 733	13.7 20.9 24.7	13.1 19.6 22.6	1.6 2.0 2.4
15 / 水		黒糖コッペパン 白身魚のパン粉焼き かぼちゃサラダ 牛乳 ミネストローネ	牛乳 チキンハム 大豆	たら切り身 ベーコン	かぼちゃ たまねぎ マッシュルーム	きゅうり にんじん トマト缶	黒糖コッペパン バター パン粉 じゃがいも シェルマカロニ さとう		462 706 851	19.4 29.9 35.8	17.9 26.0 29.7	1.6 2.3 2.8



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 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
16 / 木		麦ごはん 牛乳 ポークカレー コーンサラダ デザート（サイダーゼリー…小 蒸しパン… 幼・中）	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん グリーンピース トマトピューレ キャベツ コーン きゅうり ブロッコリー	麦ごはん 油 じゃがいも 蒸しパン サイダーゼリー カレールウ	514 729 915	14.0 20.4 24.9	13.4 21.6 24.9	1.9 2.9 3.7
17 / 金		スパゲッティミートソース 牛乳 グリーンサラダ デザート（サイダーゼリー…幼・中 蒸しパン …小）	牛乳 鶏ひき肉 粉チーズ 豚ひき肉	たまねぎ にんじん 枝豆 マッシュルーム トマト缶 キャベツ きゅうり	スパゲティ麺 さとう 蒸しパン サイダーゼリー 油	484 698 822	20.6 29.3 35.0	13.6 19.7 21.9	1.7 2.3 2.4
8月					合計：13食 7月平均	457 656 792	17.0 24.6 29.3	15.6 22.7 25.8	1.8 2.5 3.0
25 / 火	全幼	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（パイナップル）	牛乳 豚肉	ブロッコリー キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ かぼちゃ トマト なす バイン	麦ごはん カレールウ 油 じゃがいも	428 692 825	12.5 20.5 23.8	12.7 21.7 24.7	1.5 2.7 3.2
26 / 水		黒糖コッペパン 牛乳 鶏肉のレモンソースかけ フルーツポンチ 野菜スープ	牛乳 鶏肉 ベーコン	レモン汁 パイン缶 みかん缶 りんご 黄桃缶 キャベツ たまねぎ にんじん	黒糖コッペパン ぶどうゼリー 片栗粉 油 さとう カクテルゼリー じゃがいも	471 727 881	16.9 27.2 32.8	16.0 24.1 28.0	1.9 2.8 3.4
27 / 木	棚小	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 トマトのサラダ 豚汁	牛乳 さばのみそ煮 豚肉 豆腐 みそ	キャベツ きゅうり トマト コーン にんじん 大根 ごぼう はくさい ねぎ	ごはん こんにゃく じゃがいも 油	496 667 769	20.0 26.5 29.5	18.2 23.7 25.3	1.8 2.2 2.4
28 / 金	かみかみ 献立 全小6年	ごはん 牛乳 肉団子 リヨネーズポテト ポークビーンズ	牛乳 肉団子 ベーコン ミックスビーンズ 大豆 豚肉	たまねぎ いんげん にんじん	ごはん さとう じゃがいも 油	507 715 840	18.2 26.4 30.0	13.4 19.7 21.7	1.6 2.3 2.6
31 / 月		キムチチャーハン 牛乳 ショールンポー もやしナムル 春雨スープ	牛乳 いり玉子 豚肉 ショールンポー ウイダーライ	たけのこ ねぎ キムチ もやし しめじ ほうれん草 大根 ちくわ さい にんじん 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						461 687 815	16.3 24.3 28.1	15.2 22.0 25.3	1.6 2.3 2.8

※ 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）