

7, 8月 こんだてひょう

2025. 7 六日町学校給食センター

	月	火	水	木	金
	ひつけ がっこう きょうしつ よてい 日付 学校の給食の予定	1	2	3	4
献立	しょうき こんだてめい 食器のセットと献立名	ごまあえ さばのしょうがやき ごはん とんじる	きりぼしだいこんの ナポリタン かぼちゃコロッケ ごはん みそかきたまじる	ヨーグルト ワンタンスープ キムタクどん	④のみ チーズ コールスローサラダ チリコンカン せわりこめこ コッペパン とうにゅうスープ だいたす とりにく ベーコン とうにゅう みそ チーズ
赤	からだ しよくひん 体をつくる食品	さば あぶらあげ ぶたにく だいたす みそ	ベーコン たまご だいたす みそ	ぶたにく ヨーグルト	だいたす とりにく ベーコン とうにゅう みそ チーズ
黄	ねつ ちから しよくひん 熱や力になる食品	こめ さとう ごま あぶら じゃがいも つきこん	こめ あぶら じゃがいも こむ ぎこ はんこ	こめ あぶら ワンタン	こめこパン あぶら さとう いもち
緑	からだ ちやうし ととの しよくひん 体の調子を整える食品	しょうが キャベツ こまつな にんじん だいこん ねぎ ごぼう	かぼちゃ きりぼしだいこん たまねぎ にんじん ピーマン こまつな	はくさいキムチ だいたすやし ねぎ たまねぎ にんじん メンマ キャベツ チンゲンサイ	たまねぎ にんじん セロリー キャベツ きゅうり こまつな
エネルギー	しょうががっこう ちやうがっこう 小学校のエネルギー 中学校のエネルギー	666 kcal 846 kcal	613 kcal 773 kcal	599 kcal 722 kcal	600 kcal 744 kcal
食塩	小学校の食塩相当量 中学校の食塩相当量	2.1 g 2.7 g	1.7 g 2.1 g	2.5 g 3.1 g	1.9 g 2.2 g
	7 たなはた セタメニュー	8	9 セレクトデザート	10	11
献立	ごしきあえ 星にねがいを ハンバーグ (ケチャップ あまのがわ スープ) ごはん	おかかあえ ししゃもの からあげ ごはん そぼろじる	夏のセレクト デザート マカロニ だいすサラダ (しるわん) ちゃんぽんスープ ちゅうかめ	ばいにくあえ たまごやき ごはん なすのみそじる	わかめともやしの すのもの こうやどうふと とりにくのあげに ごはん さわにわん
赤	とりにく ぶたにく かまぼこ とうふ	ししゃも かつおぶし とりにく あつあげ	ぶたにく えび いか なると にゅう だいたす	たまご ぶたにく あぶらあげ みそ だいたす	とりにく こうやどうふ わかめ ぶたにく かまぼこ
黄	こめ さとう ビーフン セタゼリー	こめ あぶら かたくりこ じゃがいも	ちゅうかめん あぶら マカロニ さとう	こめ さとう あぶら じゃがいも	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま はるさめ
緑	こまつな にんじん キャベツ きゅうり しいたけ オクラ	キャベツ にんじん もやし こまつな ごぼう たまねぎ きゅうり さやいんげん	きくらげ もやし キャベツ にんじん たまねぎ きぬさや きゅうり れもんじる	にんじん きゅうり キャベツ だいこん つめ なす こまつな ねぎ	ねぎ もやし きゅうり にんじん ごぼう えのきたけ しいたけ だけのこ
エネルギー	603 kcal 889 kcal	724 kcal 779 kcal	555 kcal 736 kcal	602 kcal 836 kcal	679 kcal 789 kcal
食塩	1.9 g 2.6 g	2.1 g 3.1 g	2.4 g 2.3 g	1.9 g 2.9 g	2.3 g 2.8 g
	14	15 食育の日 (おはなし給食)	16	17 地場産献立	18
献立	ごもくコーン にくシュウマイ ごはん とびうおの つみれじる	しょうゆフレンチ のぎやのとりめし (とりにく) ごはん タンダの さんさいなべ	えだまめサラダ しろみざかなの れもんあえ ふりかけ ごはん なつのっぺじる	やいろすいか なつやさいカレー (むぎごはん) かいそう サラダ	ひじきの マリネ タンドリー チキン ざつてく ミネストローネ こめこパン イチゴジャム
赤	ぶたにく とうふ とびうお だいたす みそ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたに く あつあげ だいたす みそ	しろみざかな(たら) あつあげ	とりにく だいたす ぎゅうにゅう かいそう	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグル ト ツナ ベーコン
黄	こめ ビーフン あぶら	こめ かたくりこ さとう あぶ ら	こめ かたくりこ さとう あぶら じゃがいも つきこん	こめ おおむぎ あぶら じゃが いも カレールウ さとう ごま	こめこパン いちごジャム あぶ ら さとう じゃがいも、マカロニ
緑	にんじん メンマ きぬさや しいたけ こまつな だいこん ねぎ	りんご たまねぎ チンゲンサイ もやし にんじん だけのこ しめじ まいたけ えのきたけ ねぎ	レモン もやし にんじん きゅうり えだまめ コーン しいたけ ゆうがお オクラ	にんじん たまねぎ スッキーニ なす もやし キャベツ きゅうり すいか	だいこん きゅうり セロリー たまねぎ スッキーニ トマト
エネルギー	621 kcal 789 kcal	652 kcal 796 kcal	585 kcal 715 kcal	648 kcal 794 kcal	662 kcal 776 kcal
食塩	2.2 g 2.8 g	2.0 g 2.4 g	2.0 g 2.2 g	2.3 g 2.7 g	2.6 g 3.4 g
	21	22 八海中最終日	23 六中1, 2年最終日	24 小学校・六中3年最終日	
献立	海の日 7月の給食目標 暑さに負けない 食事をしよう	えだまめ なつやさいのあげに ごはん たまねぎの みそじる	きなこ むしパン ソフトめん きなこと ブロccoliの おかかあえ ミートソース	おひさま ポンチ スタミナ やきにうどん チョレギサラダ	7月9日(水) セレクトデザートです。 イチゴとミカンのゼリー ヨーグルトふうみのクレープ とうにゅうプリンタルト の3つの内から自分か選んだデ ザートが出来ます。 おたのしみに!
赤		とりにく とうふ あぶらあげ わかめ だいたす みそ	ぶたにく だいたす かつおぶし とうにゅう きなこと	ぶたにく みそ のり	
黄		こめ かたくりこ さとう なす かぼちゃ いんげん えだまめ たまねぎ えのきたけ	ソフトめん あぶら さとう むしパンミックスこ ごま	こめ しらすき あぶら さとう かたくりこ ごま ゼリー	
緑		701 kcal 865 kcal	706 kcal 930 kcal	648 kcal kcal	
エネルギー		2.1 g 2.5 g	2.4 g 3.0 g	1.2 g g	
食塩					
	8月の給食目標 旬の食材を知ろう 地場産の食材を 知ろう	26 中学校開始	27 小学校開始	28	29
献立		おひさま ポンチ (ごはんわん) さきみどり とりそぼろどん あさりとなるとの ちゅうかスープ (しるわん) うどん	りんご ゼリー パリパリサラダ カレーなんばん うどん	はるさめの ちゅうかいだめ だいたすミート オムレツ ちゅうか コンススープ ごはん	そくせきづけ とりにくの うめやき ごはん よしのじる
赤		とりにく ぎゅうにゅう のり あさり とうふ なると	とりにく あぶらあげ だいた す ちりめん	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく	とりにく ごんぶ あつあげ
黄		こめ あぶら さとう かたくりこ ゼリー	うどん あぶら かたくりこ マカロニ さとう ゼリー	こめ はるさめ あぶら さとう ごま かたくりこ	こめ さとう ごま かたくりこ
緑		にんじん ごぼう たまねぎ さやいんげん こまつな コーン バイン みかん もも ようなし りんご	たまねぎ にんじん しめじ こまつな コーン キャベツ きゅうり	にんじん キャベツ だけのこ さやいんげん きくらげ たまねぎ コーン チンゲンサイ	うめ キャベツ もやし にんじん えのきたけ だけのこ しいたけ きぬさや ゆうがお
エネルギー		kcal 825 kcal	682 kcal 848 kcal	620 kcal 760 kcal	620 kcal 760 kcal
食塩		g 2.7 g	1.7 g 2.1 g	1.8 g 2.4 g	2.1 g 2.6 g

* 献立は都合により、変更となる場合がありますのでご了承ください。牛乳は赤の食品です。