



予 定 献 立 表



2026年 7月

柳田小学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
1 水	ご飯	○	ハヤシチュー グリーンサラダ	豚肉, ロースハム	牛乳, 生クリーム	米, じゃがいも, 上白糖	豆乳バター, オリーブ油	にんじん, トマト, ブロッコリー	玉葱,にんにく, しめじ, グリンピース, きゅうり,キャベツ	658 kcal 24.3 g 21.8 g 2.1 g
2 木	食パン やしそば	○	もやしの中華スープ	豚肉, ベーコン	牛乳, あおのり	食パン, 焼きそばめん	油	にんじん, 青ピーマン, ほうれんそう	キャベツ, 玉葱, もやし	635 kcal 25.3 g 27.4 g 2.8 g
3 金	ご飯	○	たまごコーンのスープ ウインナーのフリッター きりぼしだいこんのすのもの	鶏肉むね, たまご, ウインナー	牛乳, わかめ	米,かたくり粉, 薄力粉, ミックス粉, 三温糖	揚げ油	にんじん, ほうれんそう	コーン,きくらげ, 玉葱, 切干だいこん, きゅうり	737 kcal 24.9 g 29.6 g 2.9 g
6 月	ご飯	○	やながわ風煮 スパゲッティサラダ	豚肉, あさり, たまご	牛乳	米, 車ふ, 三温糖, スパゲッティ	油, 卵なしマヨタイプ	にんじん	ごぼう,椎茸, 玉葱, きゅうり, キャベツ	688 kcal 27.6 g 23.1 g 1.9 g
7 火	そばろのせ寿司 たなぼた献立	○	そうめん汁 きゅうりのなんばんづけ 七夕お星さま三色ゼリー	豚ひき肉, 炒り卵, なると	牛乳	米,三温糖, そうめん, 上白糖, ゼリー	油, ごま油	にんじん, オクラ	えだまめ, 生しいたけ, きゅうり	645 kcal 21.5 g 18.0 g 3.1 g
8 水	ご飯	○	すき焼き風煮 おひたし	豚肉, 焼きとうふ	牛乳	米, しらたき, 車ふ, 上白糖	油	にんじん, こまつな	ごぼう,だいこん, 玉葱,えのきたけ, 生しいたけ, ねぎ,キャベツ	660 kcal 22.5 g 23.4 g 1.8 g
9 木	ご飯	○	豚汁 イカメンチカツ ごもくまめ	豚肉,とうふ, みそ, イカメンチカツ, 大豆,油揚げ	牛乳, ひじき	米, じゃがいも, こんにゃく, 三温糖	揚げ油	にんじん, ほうれんそう	ごぼう, だいこん	705 kcal 29.9 g 24.1 g 1.9 g
10 金	セルフタコライス おきなわ献立	○	もずくたまごのスープ ミニトマト	豚ひき肉, とうふ, たまご	牛乳, ダイスチーズ, もずく	米	オリーブ油	にんじん, ミニトマト, ほうれんそう	玉葱,にんにく, しょうが,キャベツ, きゅうり, えのきたけ	635 kcal 26.1 g 20.7 g 2.2 g
13 月	わかめご飯	○	ちゃんぽんスープ はるまき パンサンスー	豚肉, なると, 春巻	牛乳	米, はるさめ, 上白糖	揚げ油, ごま油	にんじん	キャベツ, もやし, きくらげ, きゅうり	717 kcal 20.5 g 27.4 g 2.4 g
14 火	ぶた丼	○	ずまし汁 はりはりづけ	豚肉, とうふ	牛乳, わかめ	米, しらたき, 上白糖	油, 白いりごま	にんじん, ほうれんそう	しょうが,玉葱, えのきたけ, 切干だいこん, きゅうり	593 kcal 24.7 g 15.1 g 2.1 g
15 水	ご飯	○	サンラータン シウマイ 野菜の細切り炒め(ゴーヤ入り)	鶏肉むね, とうふ, たまご, 豚ひき肉	牛乳	米, かたくり粉, 上白糖	油, ごま油	にんじん, ほうれんそう, 青ピーマン, パプリカ	きくらげ, パプリカ,椎茸, にがうり, しょうが	622 kcal 24.5 g 19.9 g 1.7 g
16 木	食パン	○	メープル パンブキンシチュー ビーンズサラダ	豚肉	牛乳, 牛乳(シチュー用)	食パン, メープル, 薄力粉, ホワイトソース	油, 豆乳バター, 卵なしマヨタイプ	にんじん, かぼちゃ, パプリカ, ブロッコリー	玉葱,しめじ, えだまめ, キャベツ, きゅうり	648 kcal 27.0 g 25.9 g 1.7 g
17 金	夏野菜カレー	○	ツナサラダ	豚ひき肉, ツナ	牛乳, ダイスチーズ	米, じゃがいも	油, 卵なしマヨタイプ	にんじん, ブロッコリー	玉葱,なす, にんにく,しょうが, キャベツ, きゅうり	732 kcal 24.4 g 28.3 g 2.5 g

☆こんだては、材料の都合により変更になる場合があります。

☆給食の前には、せっけんで手を洗い、アルコール消毒をしましょう。



10(金)はセルフタコライス(沖縄のごはん料理)です。

もりつけ方

(具) ミート、野菜、ミニトマト

ごはん

スープ



今月使用予定の地産物

米、牛乳、たまご、きゅうり、
たまねぎ、こまつな、
しいたけ、パプリカ



アレルギー情報 (乳・卵不使用) → ハム、ベーコン、カレールウ、豆乳バター、卵不使用マヨネーズタイプ



9月1日は「防災の日」です。能登町の学校給食では、防災や災害時を意識し、袋をあけてそのまま食べることのできる「救給カレー」を中心とした、特別メニューの提供を予定しています。詳細は、後日配付する9月分の給食だより等をご確認ください。

