



給食献立表

宇多津町学校給食センター

日	曜	献立名			材料名					
					からだをつくるもとになる食品		体の調子をととのえる食品		熱や力のもとになる食品	
		主食	牛乳	おかず	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海草	緑黄色野菜	淡色野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
1	火	たこめし	○	焼きししゃも きゅうりのおかか和え 半夏のだんご	たこ あぶらあげ かつおぶし あずき	ぎゅうにゅう ししゃも	にんじん	しいたけ ごぼう えだまめ きゅうり キャベツ	こめ もちこめ さとう すいとん	
2	水	ミルクパン	○	ミートスパゲティ 元気サラダ きなこビーンズ	ぎゅうにく ぶたにく レンズまめ ハム かつおぶし だいず きなこ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ コーン	パン スパゲティ さとう でんぶん	あぶら
3	木	宇中給食委員会 考案献立 かつどん	○	かみかみサラダ ムース大福	ぶたにく たまご さきいか ハム	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しいたけ ごぼう きゅうり コーン	こめ おおむぎ こむぎこ パンこ さとう ムース大福	あぶら こま
4	金	麦ごはん	○	松風焼き こんぶ和え そうめん汁 セタゼリー	とりにく とうふ たまご あぶらあげ	ぎゅうにゅう こんぶ	はねぎ こまつな オクラ にんじん	たまねぎ キャベツ	こめ おおむぎ パンこ さとう そうめん ゼリー	こま
☆ 7日～11日 かがわ印給食ウィーク ☆										
7	月	米粉パン	○	オリーブ豚のボークビーンズ ごぼうチップス フルーツゼリーポンチ	だいず ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ ごぼう パイン みかん もも	パン じゃがいも さとう ゼリー でんぶん	あぶら
8	火	ごはん	○	ひらの香り揚げ キャベツのごま和え 具だくさんみそ汁	ひら あぶらあげ	ぎゅうにゅう	はねぎ こまつな にんじん	キャベツ コーン ごぼう たまねぎ えのきだけ	こめ さとう でんぶん	あぶら こま
9	水	麦ごはん のり佃煮	○	えびたまのあんかけ パセリポテト 野菜スープ	えび たまご ベーコン	ぎゅうにゅう のり	はねぎ パセリ にんじん	たけのこ たまねぎ キャベツ セロリ	こめ おおむぎ さとう でんぶん じゃがいも	あぶら
10	木	いりこめし	○	豚肉の冷しゃぶ じゃがいものみそ汁	ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう いりこ かいそうミックス	にんじん はねぎ	ごぼう しいたけ えだまめ きゅうり キャベツ たまねぎ	こめ じゃがいも	
11	金	ごはん	○	手作りがんも きゅうりと白うりの酢の物 野菜のみそ汁	とうふ とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	えだまめ たまねぎ きゅうり しろうり キャベツ	こめ でんぶん さとう	あぶら こま
14	月	セルフサンド	○	(照り焼きチキン) (ゆで野菜) ハッピーチャウダー 冷凍みかん	とりにく あさり ベーコン しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ しめじ みかん	パン さとう でんぶん じゃがいも こむぎこ	ノンエッグマヨ あぶら バター
15	火	麦ごはん ふりかけ	○	えびと厚揚げの中華煮 春雨サラダ すいか	ぶたにく えび あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ こまつな	しょうが にんにく もやし コーン すいか	こめ おおむぎ じゃがいも さとう はるさめ	あぶら
16	水	コッペパン	○	メンチカツ ひじきサラダ モロヘイヤのスープ	ぎゅうにく ぶたにく レンズまめ たまご ベーコン	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん モロヘイヤ	たまねぎ コーン きゅうり キャベツ しめじ	パン パンこ こむぎこ	あぶら
17	木	あなごすし	○	揚げだし豆腐の野菜あんかけ さわにわん かみかみ大豆	あなご たまご とうふ とりにく かみかみ大豆	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	えだまめ たまねぎ ごぼう しいたけ	こめ さとう でんぶん	あぶら
18	金	夏野菜カレー	○	アーモンドサラダ ヨーグルト	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト	かぼちゃ トマト ピーマン こまつな にんじん	たまねぎ なす にんにく キャベツ	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら アーモンド

献立は、食材その他の都合により変更することがあります。

