



7月・8月の給食献立表



(中学校)

日付 曜日	献立名	材 料						栄養価 エネルギー たんぱく質
		主に体の組織を作る		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		
		肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・くだもの・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂	
7月の献立								
1 (月)	ピビンバ(麦) 牛乳 わかめスープ	豚肉		こまつな	しょうが もやし	米 麦 砂糖	油 ごま ごま油	736 33.3
2 (火)	ごはん 牛乳 じゃがいものそばろ煮 鯰のみそだれかけ 春雨の酢の物	豆腐 鶏肉 鶏ひき肉 鯰 米みそ		にんじん いんげん	こんにやく たまねぎ しいたけ もやし きゅうり	米 じゃがいも 砂糖 春雨 砂糖	油 ごま ごま油	807 32.5
3 (水)	トリニータ丼 牛乳 団子汁 かぼす和え	鶏肉		にら		米 でん粉 砂糖	油 ごま油	808 28.5
4 (木)	麦ごはん 牛乳 麻婆豆腐 煮干しの佃煮 干し大根の炒め物		牛乳		たまねぎ ごぼう 根深ねぎ しいたけ ゆで干大根 キャベツ	米 麦 砂糖 でん粉	油 ごま油	780 33.2
5 (金)	ごはん 牛乳 魚そうめん汁 干草焼き かぼちゃの肉みそあんかけ 七夕ゼリー(マスカット)		牛乳		にんじん オクラ しいたけ たまねぎ かぼちゃ いんげん	米 砂糖 でん粉	油	809 27.8
8 (月)	バターライス 牛乳 コーンポタージュ オムレツ ラタトゥイユ		牛乳			米 小麦粉 じゃがいも 砂糖	バター マーガリン 油 生クリーム オリーブオイル	855 26.7
9 (火)	ごはん 牛乳 肉じゃが 鯛の甘露煮 ひじき和え	豚肉		にんじん いんげん	たまねぎ こんにやく	米 じゃがいも 砂糖	油	770 29.9
10 (水)	ジャンバラヤ 牛乳 野菜スープ 魚のマリネ	豚肉 牛肉 ウインナー		青ピーマン トマト	たまねぎ	米	バター	765 32.9
11 (木)	ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 鶏肉とレバーの三色炒め アセロラゼリー		牛乳		にんじん 青ピーマン にんじん	米 じゃがいも	油	851 27.7
12 (金)	キムタクごはん 牛乳 トック 鮭フライ キャベツのレモン漬け	豚肉			白菜キムチ たくあん	米	ごま油	782 34.9
16 (火)	ごはん 牛乳 中華スープ ホイコーロー		牛乳		にんじん チンゲンサイ しょうが	トック	ごま油	749 31.5
17 (水)	ごはん 牛乳 沖繩そば キビナゴごまフライ ゴーヤチャンプルー	豚肉 巻かまぼこ		にんじん	たまねぎ もやし 根深ねぎ	米	油 油	746 32.4
18 (木)	夏野菜カレー(麦) 牛乳 まめ豆ソテー すいか	豚肉		かぼちゃ にんじん トマト 青ピーマン	たまねぎ なす りんご	米 麦 じゃがいも	油	858 29.2
8月の献立								
28 (水)	夏野菜カレー(麦) 牛乳 キャベツとツナのソテー 梨	豚肉		かぼちゃ にんじん トマト 青ピーマン	たまねぎ なす りんご	米 麦 じゃがいも	油	780 28.5
29 (木)	ごはん 牛乳 冬瓜スープ 魚の南蛮漬け		牛乳		にんじん にら 青ピーマン にんじん	米	油	759 32.3
30 (金)	ごはん 牛乳 スーミータン 豚キムチ		牛乳		にんじん	米 でん粉	油	755 32.6

※ 都合により献立を変更することがあります。

(令和6年7月・8月 大村市教育委員会)

7月、8月の学校給食費の納付期限(口座振替日)は、7月31日、9月2日です。