

7月分給食献立 (1/2)

◎・・・卵抜きで提供します。

日	献立	アレルギー源							おかずの内容			エネルギー	
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	Kcal
2 (月)	米飯									ミルク 豚肉 豆腐 みそ	米飯 マロニー ごま油 麻婆豆腐の素 キムチの素 ごま 中華ドレッシング	はくさい にんじん しめじ 青ねぎ もやし きゅうり	505 Kcal 20.3 g 1.9 mg
	ミルク		○										
	キムチ鍋			○	○		○	○					
	中華風おひたし		○	○	○	○	○						
3 (火)	バターパン		○	○					ミルク チーズ 豚肉	バターパン ペンネ デミグラスソース ハヤシルウ コーン 香味塩ドレッシング さくらんぼフレッシュゼリー	たまねぎ にんじん きゃべつ トマトピューレ トマトケチャップ ブロッコリー	534 Kcal 24.8 g 2.1 mg	
	ミルク		○										
	ポロネーゼペンネ		○	○	○		○						
	コーンサラダ												
	香味塩ドレッシング			○	○	○							
	さくらんぼフレッシュゼリー												
4 (水)	親子丼	○		○	○		○		豚肉 鶏肉 卵 だしの素 ジョア(ピーチ)	米飯 片栗粉 ごま すき焼のたれ	たまねぎ にんじん 青ねぎ 土生姜 ほうれん草	502 Kcal 23.7 g 2.7 mg	
	豚丼			○	○		○						
	ほうれん草のごまあえ			○	○	○							
	ジョア(ピーチ)		○										
5 (木)	米飯								ミルク 鶏肉 焼豚	米飯 油 唐揚げ粉 片栗粉 春雨 ごま油 ごま	韓国のり きゃべつ もやし にんじん	646 Kcal 27.5 g 2.1 mg	
	韓国のり					○							
	ミルク		○										
	とりの唐揚げ	○	○	○	○								
6 (金)	中華風あえもの		○	○	○	○			ミルク ツナ 星型ハンバーグ	クロワッサン スパゲティ 和風ドレッシング 天の川ゼリー	ブロッコリー ごぼう きゃべつ にんじん	755 Kcal 25.8 g 1.9 mg	
	クロワッサン	○	○	○	○								
	ミルク		○										
	星型ハンバーグ				○		○						
	スパゲティサラダ			○			○						
	和風ドレッシング			○	○		○						
9 (月)	天の川ゼリー								ミルク 豚肉 焼き餃子	米飯 ごま ごま油 麻婆豆腐の素 豆板醤 棒々鶏ソース シークワサーゼリー	にんにく 土生姜 ぜんまい ほうれん草 にんじん もやし	573 Kcal 23.9 g 2.2 mg	
	ビビンバ丼			○	○	○	○						
	ミルク		○										
	焼き餃子			○	○	○							
10 (火)	シークワサーゼリー								ミルク ツナ えび チーズ 骨付フランク	味付パン スパゲティ コーン オリーブオイル アップルシャーベット	パプリカ(赤・黄) ズッキーニ なす アスパラ トマトソース バジル	690 Kcal 31.6 g 1.4 mg	
	味付パン		○	○									
	ミルク		○										
	冷静トマトスパゲティ		○	○	○		○	○					
11 (水)	ミニ骨付フランク	○	○	○	○				ミルク 鮭の塩焼 ぶりの塩焼 牛肉	米飯 ごま こんにやく ごま油	ごぼう れんこん にんじん たけのこ もやし きゃべつ ほうれん草	532 Kcal 41.6 g 3.5 mg	
	アップルシャーベット												
	米飯												
	ミルク		○										
	鮭の塩焼						○						
	ぶりの塩焼						○						
	肉入りきんぴら			○	○	○							
	おひたし			○	○	○							
				○	○	○							

7月分給食献立 (2/2)

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			エネルギー	
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	蛋白質 g	Kcal mg
12 (木)	アリコベール	○	○	○	○					ミルク えびカツ ツナ	アリコベール 油 マカロニ	アスパラ ブロccoliリー	762 Kcal 39.8 g 2.7 mg	
	ミルク		○							チーズ エジプト豆	イタリアンドレッシング	カリフラワー ピーマン		
	えびカツ	○		○	○		○		○	いんげん豆(赤・黄)	白桃フレッシュゼリー	パプリカ(赤・黄) バジル		
	イタリアンサラダ		○	○			○			いんげん豆				
	白桃フレッシュゼリー													
	《3年ブッフェ》													
	アリコベール	○	○	○	○					えびカツ ツナ	アリコベール イワンロール	アスパラ ブロccoliリー	743 Kcal 28.6 g 2.2 mg	
	イワンロール	○	○	○	○					ハムステーキ	ミニクワッサン マカロニ	カリフラワー ピーマン		
	ミニクワッサン	○	○	○	○					チーズ いんげん豆	油 イタリアンドレッシング	パプリカ(赤・黄) バジル		
	えびカツ	○		○	○		○		○	いんげん豆(赤・黄)	白桃フレッシュゼリー	パセリ		
	ハムステーキ									エジプト豆 ミルク	パンキンポタージュベース			
	イタリアンサラダ		○	○			○							
冷製パンキンスープ		○		○										
白桃フレッシュゼリー														
13 (金)	中華ちまき			○	○					ミルク 焼豚 錦糸卵	中華ちまき ビーフン	味付しいたけ きゅうり	611 Kcal 25.8 g 4.5 mg	
	ミルク		○							みそだれ肉だんご	ごま ごま油	にんじん 枝豆		
	ビーフンのあえもの (錦糸卵)	○		○	○	○	○			白桃ヨーグルト				
	みそだれ肉だんご			○	○	○								
	白桃ヨーグルト		○											
17 (火)	ミルクパン	○	○	○	○					ミルク 牛肉 チーズ	ミルクパン じゃがいも	たまねぎ にんじん きゅうり	751 Kcal 27.8 g 1.6 mg	
	ミルク		○							アイスクリーム	カレールウ マカロニ	グリーンピース ブロccoliリー		
	カレーシチュー		○	○	○						香りごまドレッシング	きゃべつ アスパラ		
	グリーンサラダ													
	香りごまドレッシング			○	○	○								
	アイスクリーム(パナッブ)		○											
卵 乳 小麦 大豆 ごま 魚介類 落花生 甲殻類											栄養平均量		634 Kcal 28.4 g 2.4 mg	