

# 7月予定献立表



2025年7月

幕別町幕別学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>7日(月)は七夕給食です。七夕をイメージしたソーメン汁、星型のコロックが登場しますよ!</p> 	<p><b>【1日】</b> 牛乳 タンメン (ラーメン) プチ揚げパン</p>	<p><b>【2日】</b> 牛乳 ごはん みそ汁 肉じゃが 昆布あえ</p>	<p><b>【3日】</b> 牛乳 ごはん いもだんご汁 さばのみそ煮 切干大根煮</p>	<p><b>【4日】</b> 牛乳 黒糖パン トマトスープ ささみフライ マカロニサラダ</p>
主食	ラーメン	ごはん	ごはん	黒糖パン
汁物	豚肉 キャベツ もやし 人参 長ねぎ きくらげ	豆腐 なめこ 油揚げ	いももち 油揚げ ごぼう チンゲン菜	ベーコン 人参 玉ねぎ じゃがいも トマト
主菜		豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 こんにゃく いんげん	さば	鶏肉 パン粉
副菜	豆腐パン	キャベツ きゅうり 塩昆布	切干大根 人参 さつま揚げ	マカロニ きゅうり 魚肉ソーセージ コーン
<p><b>【7日】</b> 牛乳 ごはん 七夕ソーメン汁 星のコロック 白菜サラダ</p>	<p><b>【8日】</b> 牛乳 和風焼きうどん サイダーゼリーあえ</p>	<p><b>【9日】</b> 牛乳 ビビンバ丼 (ごはん) わかめの中華スープ いちごクレープ</p>	<p><b>【10日】</b> 牛乳 ごはん 豚汁 いわしの梅煮 3色きんぴら</p>	<p><b>【11日】</b> 牛乳 食パン(小1枚、中2枚) ブルーベリージャム コーンスープ ケチャップ肉だんご(ひとり2こ) ポテトのチーズ煮</p>
主食	ごはん	ごはん	ごはん	食パン
汁物	七夕めし 鶏肉 油揚げ 人参 長ねぎ 小松菜	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ もやし かつお節	わかめ はるさめ えのき茸	豚肉 豆腐 ごぼう 大根 じゃがいも
主菜	じゃがいも 玉ねぎ 鶏肉 豚肉 パン粉	豚ひき肉 大豆 人参 もやし ほうれん草	いわし 梅	鶏肉 玉ねぎ 大豆 トマト
副菜	白菜 コーン	サイダーゼリー バイン缶詰 ナタデココ	いちごクレープ	こんにゃく 人参 枝豆 ごま
<p><b>【14日】</b> 牛乳 ごはん みそ汁 からあげ(小2こ、中3こ) れんこんとさつま揚げ炒め</p>	<p><b>【15日】</b> 牛乳 ミートスパゲティ (スパゲティ) チーズサラダ</p>	<p><b>【16日】</b> 牛乳 ごはん 中華卵スープ 焼ききょうざ(ひとり2こ) 炒めナムル</p>	<p><b>【17日】</b> 牛乳 ポークカレーライス (麦入りごはん) フルーツカクテル</p>	<p><b>【18日】</b> 牛乳 ブランパン ジュリアンスープ チキンチャップ ドレッシングサラダ</p>
主食	ごはん	ごはん	ごはん 大麦	ブランパン
汁物	油揚げ 大根 わかめ	豚ひき肉 大豆 玉ねぎ 人参 トマト	鶏卵 小松菜 えのき茸	豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 白いんげん豆
主菜	鶏肉	キャベツ たら 豚肉 鶏肉 小麦粉		鶏肉 玉ねぎ 枝豆
副菜	れんこん さつま揚げ いんげん ごま	キャベツ きゅうり コーン チーズ	豚肉 玉ねぎ もやし 人参	ナタデココ マスカットゼリー いちごゼリー みかんゼリー レモンゼリー バイン缶詰 黄桃缶詰
<p><b>【22日】</b> 牛乳 ジャージャーめん (焼きそば) 白玉いちごソースかけ</p> 	<p><b>【23日】</b> 牛乳 ごはん みそ汁 アジフライ 白菜の煮びたし</p>	<p><b>【24日】</b> 牛乳 ごはん まくべつ野菜のスープカレー ジュシーハンバーグソースかけ レタスサラダ</p>	<p><b>【25日】</b> 牛乳 コッペパン ポークシチュー チキンのレモン焼き(ひとり2こ) ウインナーとコーンのソテー</p>	
主食	焼きそば	ごはん	ごはん	コッペパン
汁物	豚ひき肉 大豆 人参 もやし 玉ねぎ たけのこ	玉ねぎ わかめ 豆腐	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも なす スッキーニ パプリカ キャベツ トマト コーン	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 白いんげん豆
主菜		アジ パン粉	どろ豚ひき肉 玉ねぎ パン粉	鶏肉 レモン
副菜	白玉もち いちご	白菜 人参 さつま揚げ かつお節	レタス きゅうり	ウインナー 枝豆 コーン

## まくべつの恵みに感謝して食べましょう

今年度も皆さんにより多くの幕別産食材を食べてもらおうと、『まくべつの恵み給食』を7月・9月・10月・11月の4か月間にわたってそれぞれの月で1回実施します。

第1回目は7月24日(木)です。幕別の野菜をたっぷり使ったスープカレーと、どろ豚を使用したハンバーグが登場しますよ!楽しみにしていてくださいね!

詳しくは各学校に配布される『給食のおしらせ』をご覧ください。また、今年も食育のクラスルームで動画配信をおこないます。給食時間にぜひご覧ください。

【クラスコード: ruw51of】

## 夏休みがはじまります

待ちに待った夏休みです。長い休みに入ると、夜遅くまで起きていたり、朝寝坊をして朝食を食べなかつたりしがちです。一度生活リズムがくずれてしまうと、立て直すことは大変ですので、休みに入っても今までと同じように早起きをして朝ごはんをしっかり食べる生活を送るようにしましょう。



主食: 穀類を中心にした献立 主菜: 肉・魚・卵・豆のメインのおかず 副菜: 野菜のおかずや果物、デザート 汁物: みそ汁やスープなどの献立 飲み物: 牛乳やオレンジジュースなど

※材料の都合で、献立の一部を変更する場合があります。

※献立に含まれるアレルギーの詳細については、学校より配布される「アレルギーを使用した献立について」をご確認ください。必要な場合は学校にお問い合わせください。