



令和7年7月分 給食献立表



大田区立田園調布小学校

日	曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	(赤の食品) 血や肉になる	(黄の食品) 熱や力になる	(緑の食品) 体の調子を整える	ひとこと
1	火	ビビンバ かんこくの料理	とうふときのこのスープ くだもの	ぶたにく とりにく ○ とうふ 牛乳	米 麦 油 さとう ごま	しょうが にんにく ながねぎ たけのこ こまつな にんじん もやし たまねぎ えのき くだもの	今月の給食目標 ★暑さに負けない食事をしよう★ <低学年> 楽しく何でも食べよう <中学年> 3つの食品の働きを知り、何でも食べよう <高学年> 栄養素の働きを知り、進んで食べよう 	
2	水	ごはん サワラの香味焼き	北海道の料理 どさんこ汁 かいそうサラダ	サワラ ぶたにく あぶらあげ ○ みそ かいそう 牛乳	米 麦 さとう 油 じゃが芋	にんにく しょうが ながねぎ だいこん にんじん たまねぎ ごぼう コーン キャベツ きゅうり		
3	木	ごまチャーハン カレービーンズ	たまごスープ れいとうみかん	ぶたにく たまご とりにく ○ とうふ だいず 牛乳	米 麦 油 ごま かたくり粉	にんにく にんじん たけのこ ながねぎ たまねぎ えのき ちんげんさい みかん		
4	金	ガーリックトースト チリコンカン	フレンチサラダ 行事食 ☆セタ☆	ベーコン ぶたにく ○ きんとき豆 大豆 牛乳	コッペパン バター 油 じゃが芋 米粉 さとう	にんにく しょうが セロリ マッシュルーム にんじん たまねぎ トマト缶 ビーマン キャベツ きゅうり コーン		
7	月	ぶたもやし丼	たなばたじるセタ汁 とうもろこし	ぶたにく とりにく ○ かまぼこ 牛乳	米 麦 油 かたくり粉 さとう ビーフン	しょうが もやし だいこん にんじん えのき ながねぎ こまつな コーン		
8	火	のりのつくだにごはん あつあげの香味ソースかけ	にく肉じゃが こんにゃくサラダ	のり 粉かつお ぶたにく ○ あつあげ みそ 牛乳	米 麦 さとう 水あめ 油 じゃが芋 こんにゃく ごま	にんじん たまねぎ しいたけ さやいんげん しょうが にんにく にら キャベツ きゅうり		
9	水	コーンマヨトースト	ミネストローネ ツナ入りサラダ	チーズ ぶたにく ○ ひよこ豆 ツナ 牛乳	食パン 油 マヨネーズ じゃが芋 マカロニ さとう	たまねぎ コーン セロリ にんじん マッシュルーム キャベツ パセリ きゅうり レモン		
10	木	ごはん サバのねぎみそ焼き	しおちゃんこ汁 こぎつねサラダ	サバ みそ 粉かつお ○ とりにく とうふ あぶらあげ 牛乳	米 麦 油 さとう ごま	しょうが ながねぎ だいこん にんじん えのき こまつな キャベツ もやし		
11	金	スパゲッティ ミートソース	なつやさいサラダ くだもの	レンズ豆 ぶたにく ○ ベーコン 牛乳	スパゲッティ 油 さとう 米粉 じゃが芋	にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト缶 きゅうり ズッキーニ えだまめ コーン くだもの		
14	月	ひやしきつねうどん イカの天ぷら	ごまあえ	わかめ あぶらあげ ○ イカ 粉かつお 牛乳	うどん さとう 小麦粉 油 ごま	にんじん キャベツ こまつな		
15	火	プルコギ丼 セレクト給食	キムチスープ A:カルピスゼリー B:オレンジゼリー	ぶたにく とうふ みそ ○ にゅうさんきんいんりょう かいそう 牛乳 かんてん	米 麦 油 さとう かたくり粉	しょうが にんにく にんじん たまねぎ もやし にら だいこん えのき はくさい ちんげんさい オレンジジュース		
16	水	チキンライス シシャモフライ	コーンチャウダー	ベーコン とりにく シシャモ ○ いんげん豆 生クリーム 牛乳	米 麦 油 小麦粉 生パン粉 かんそうパン粉 じゃが芋 米粉 マカロニ	にんにく セロリ にんじん たまねぎ ビーマン マッシュルーム クリームコーン コーン パセリ	◇今月の平均栄養価 エネルギー 616kcal	
17	木	なつやさいカレーライス	えだまめ サイダーポンチ	とりにく ○ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 米粉	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん なす ズッキーニ えだまめ もも缶 みかん缶 すいか	たんばく質 24.8g カルシウム 330mg 塩分 2.1g	

★お知らせ★

2学期の給食は、9月2日から始まります。9月の献立表は、8月28日に配信します。