

7月献立表

2024年 7月

大田区立貝塚中学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (Kcal)
							たんぱく質 (g)
1月	キャロットライスの クリームソースがけ	○	シーフードマリネ	鶏肉 ベーコン 調理用牛乳 生クリーム ミックスチーズ 牛乳 海藻ミックス むきえび たこ いか	米 麦 バター サラダ油 砂糖 薄力粉	人参 にんにく しょうが 玉ねぎ マッシュルーム コーン缶 キャベツ きゅうり	773
							25.5
半夏生献立							
2火	ごはん	○	肉じゃが はりはり漬け 杏仁ゼリー	牛乳 豚肉 さつまいも 削り節(だし) 刻み昆布 イナアガー(凝固剤) 調理用牛乳 生クリーム	米 麦 サラダ油 じゃがいも 三温糖 砂糖 ごま油 白いりごま	人参 玉ねぎ しらたき さやいんげん 切干し大根 大豆もやし きゅうり みかん缶 パイン缶 黄桃缶	811
							24.8
3水	セルフフィッシュ サンド (丸パン・魚のフライ・ キャベツ・ソース)	○	夏野菜の ミネストローネ	モウカザメ 鶏卵 牛乳 豚肉 ベーコン 大豆 ひよこめめ 粉チーズ	丸パン 油 薄力粉 生パン粉 ソフトパン粉 砂糖 オリーブ油 じゃが芋 シェルマカロニ コーンスターチ	キャベツ にんにく 玉ねぎ 人参 セロリー スッキーニ トマト缶	740
							39.0
4木	五目ご飯	○	ぎせい豆腐 冬瓜の吉野汁	鶏肉 大豆(国産ゆで) 干ひじき 油揚げ 牛乳 鶏肉 豆腐(押し) 鶏卵 生わかめ 削り節(だし)	米 サラダ油 砂糖 三温糖 でん粉	しょうが 人参 たけのこ(水煮) つきこんにゃく 干し椎茸 さやいんげん 玉ねぎ えのき 糸みつば 冬瓜 ねぎ	721
							31.6
5金	セタわかめうどん	○	ビーンズポテト セタボンチ	牛乳 豚肉 油揚げ 白板かまぼこ 皇型かまぼこ 生わかめ 削り節(だし) 大豆	冷凍うどん サラダ油 じゃがいも でん粉 砂糖 サイダー飲料(セタボンチ用)	しょうが 玉ねぎ 人参 干し椎茸 はくさい ねぎ コーン缶 黄桃缶 みかん缶 パイン缶 寒天缶	825
							26.7
セタ献立							
8月	タコライス	○	もずくのかきたま汁 果物(パイン予定)	豚肉 大豆 ダイスキーズ 牛乳 豆腐(木綿豆腐) もずく 鶏卵 削り節(だし)	米 麦 油 砂糖 でん粉	にんにく 玉ねぎ 人参 セロリー トマト缶 キャベツ コーン缶 もやし えのき ねぎ 小松菜 果物(パイン予定)	763
							27.6
沖縄県の郷土料理 紹介献立							
9火	ごはん	○	家常豆腐 茎わかめのナムル風 フルーツゼリー	牛乳 豚肉 厚揚げ 赤みそ 茎わかめ 粉寒天	米 麦 サラダ油 三温糖 ごま油 でん粉 白いりごま 砂糖	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 たけのこ(水煮) 干し椎茸 ねぎ キャベツ ビーマン 小松菜 もやし りんごジュース パイン缶 みかん缶	816
							30.5
10水	枝豆ごはん	○	豆アジの南蛮漬け 野菜のみそ和え のっぺい汁	牛乳 豆あじ 赤みそ 油揚げ 削り節(だし)	米 白いりごま 油 でん粉 薄力粉 砂糖 三温糖 ごま油 竹輪心	むき枝豆 ねぎ しょうが 人参 きゅうり キャベツ もやし コーン缶 大根 干し椎茸 こんにゃく ほうれん草	734
							25.4
11木	ミルクパン	○	ポテトグラタン マカロニスープ 果物(冷凍みかん予定)	牛乳 鶏肉 調理用牛乳 生クリーム ミックスチーズ 粉チーズ ベーコン ひよこ豆	ミルクパン サラダ油 じゃが芋 バター 薄力粉 オリーブ油 シェルマカロニ	にんにく 玉ねぎ エリンギ ほうれん草 しょうが 人参 キャベツ えのきだけ 小松菜 果物(冷凍みかん予定)	764
							29.3
12金	中華風混ぜご飯	○	豆腐のまさご揚げ わかめスープ	豚肉 油揚げ 牛乳 豆腐 鶏肉 ちりめんじゃこ 干ひじき 鶏卵 白板かまぼこ 生わかめ	米 サラダ油 砂糖 ごま油 油 白すりごま でん粉	しょうが 人参 たけのこ(水煮) えのき さやいんげん 玉ねぎ ねぎ にんにく もやし	783
							33.4
15月	海の日						
16火	タッカルビ丼	○	中華風コーンスープ 果物(河内晩柑予定)	鶏肉 牛乳 豆腐(木綿豆腐) 鶏卵	米 麦 サラダ油 砂糖 トッピング ごま油 でん粉 白いりごま	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 白菜キムチ(7/14付)カ キャベツ ねぎ たら えのき クリームコーン缶 コーン缶 チンゲン菜 果物(河内晩柑予定)	805
							28.5
韓国料理 紹介献立							
17水	奈良茶飯	○	魚の竜田揚げ 飛鳥汁	大豆 牛乳 モウカザメ 鶏肉 豆腐(木綿豆腐) 油揚げ 調理用牛乳 白みそ 削り節(だし)	米 油 さつまいも でん粉 白いりごま 砂糖	しょうが 人参 大根 干し椎茸 しめじ ねぎ 小松菜	834
							34.3
奈良県の郷土料理 紹介献立							
18木	夏野菜カレー	ジュ ニ ン ゴ ス	カリカリベーコン サラダ	豚肉 生クリーム ミックスチーズ ベーコン	米 麦 サラダ油 油 じゃが芋 ザラメ 薄力粉 バター 三温糖	にんにく しょうが セロリー 玉ねぎ トマト缶 なす かぼちゃ さやいんげん キャベツ 人参 きゅうり コーン缶 りんごジュース	887
							25.4

※食材の都合により、献立を一部変更する場合があります。ご了承ください。

2学期の給食開始日は、9月3日(火)です

1学期最後の給食当番に当たる生徒さんのご家庭には、夏休み中に給食白衣の洗濯をお願いしております。2学期の給食開始日までにお持ちいただけますよう、ご協力の程宜しくお願い致します。