



令和6年度

7月給食献立予定表

秩父市立荒川共同調理場



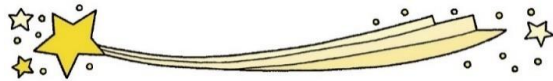
| 日 | 曜 | 主 食 | 牛乳 | お か す | ち 血や肉、骨や歯に なる食品 (赤) | ねつ 熱や力のもとに なる食品 (黄) | からだの調子を 整える食品 (緑) | I単位 - kcal | タリ質 g |
|------------------|---|----------------|--------|--|--|---|---|------------|-------|
| 1 | 月 | こんさい カレーピラフ | 牛乳 | あじフリッター 幼①小② コンソメスープ ヨーグルト | 牛乳 とりにく あじフリッター ベーコン ヨーグルト | ごはん あぶら | たまねぎ ごぼう にんじん えだまめ れんこん にんにく きゃべつ | 660 | 24.6 |
| 2 | 火 | ごはん | 牛乳 | マーボーナス えびしゅうまい 幼①小② チョレギサラダ | 牛乳 とうふ ぶたにく えびしゅうまい わかめ のり | ごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら しおドレッシング ごま | なす たまねぎ にんじん ねぎ にんにく しょうが しいたけ きゃべつ | 630 | 24.6 |
| 3 | 水 | バターロール | 牛乳 | だいずとひきにくのトマトに ハムチーズピカタ ひじきサラダ | 牛乳 だいず ぶたにく ハムチーズピカタ ちくわ ひじき | パン あぶら さとう ごまドレッシング | じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく トマト とうもろこし ブロッコリー | 658 | 25.2 |
| 4 | 木 | ごはん | 牛乳 | にくじゃが すりみチーズロール たくあんあえ | 牛乳 ぶたにく すりみチーズロール | ごはん さとう あぶら ごま | じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき いんげん こまつな りょくとうもやし せんざりだいこんづけ | 626 | 25.6 |
| 5 | 金 | じごなうどん | 牛乳 | いなかうどん かぼちゃひきにくフライ ゆかりあえ | 牛乳 あぶらあげ とりにく かぼちゃひきにくフライ | じごなうどん あぶら | なす たまねぎ にんじん きゃべつ りょくとうもやし しいたけ ほうれんそう | 613 | 22.8 |
| たなばたメニュー☆ | | | | | | | | | |
| 8 | 月 | わかめごはん | 牛乳 | とりにくのからあげ② おひたし たなばたじる たなばたゼリー | 牛乳 とりにく かまぼ こなと | ごはん あぶら たなばたゼリー | にんじん オクラ きゃべつ ほうれんそう | 676 | 24.8 |
| 9 | 火 | ごはん | 牛乳 | なつやさいカレー フルーツミックスゼリー (マスカット) ぶんちゃんのござかなくん | 牛乳 とりにく ござか な | ごはん カレールー あぶら マスカットゼリー | かぼちゃ たまねぎ にんじん なす にんにく しょうが えだまめ パイン もも みかん ナタデココ | 645 | 21.3 |
| 10 | 水 | ツイストパン | コーヒー牛乳 | チキンナゲット 幼①小② ブロッコリーサラダ ポテトのベーコンに | コーヒー牛乳 ベーコン チキンナゲット | パン あぶら バター たまねぎドレッシング | じゃがいも たまねぎ にんじん とうもろこし ブロッコリー きゃべつ | 686 | 23.8 |
| 11 | 木 | ごはん | 牛乳 | しぶさわえいいちイラストつき あじつきのり しろみさかなのねぎしおレモンソース こまつなあえ とんじる | 牛乳 のり ぶたにく あぶらあげ とうふ しろみさかな (たら) | ごはん あぶら ごま さとう ごまあぶら かたくりこ | じゃがいも にんじん ねぎ にんにく レモン こまつな きゃべつ とうもろこし | 624 | 26.6 |
| 12 | 金 | ちゅうかめん | 牛乳 | しょうゆラーメン はるまき ほうれんそうのナムル | 牛乳 ぶたにく はるまき (ぶたにく) | ちゅうかめん あぶら ナムルドレッシング | しょうが にんにく きゃべつ しなちく ねぎ ほうれんそう とうもろこし にんじん りょくとうもやし | 683 | 23.9 |
| 16 | 火 | ごはん | 牛乳 | ソースカツ ごまあえ じゃがいものみそしる | 牛乳 チキンカツ わかめ とうふ あぶらあげ | ごはん あぶら さとう ごま | ほうれんそう きゃべつ にんじん じゃがいも たまねぎ | 647 | 23.3 |

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

☆7月7日はたなばたです☆



たなばたはねんに1かい、7がつ7にちのよるだけ織姫(おりひめ)と彦星(ひこぼし)があうことをゆるされたひでにほんのでんとうてきなぎょうじのひとつです。たなばたのひには『そうめん』を食べるとびょうきにならないといわれています。8かのきゅうしょくでは『そうめん』のかわりにあまのがわにみたてた『3しょくかまぼこ』をつかいます。おたのしみに！



秩父市イメージキャラクター
ふめるちゃん



7がつ7のきゅうしょくに
つかわれている
「たまねぎ」は、
ちちぶしのよしだで
つくられたたまねぎです



『しぶさわえいいち』ってどんな人？

みなさんは『しぶさわえいいち』というなまえをきいたことがありますか？

しぶさわえいいちは、7がつ3かからはっこうされる1まんえんさつにデザインされているじんぶつです。さいたまけん ふかやしのしゅっしんで、にほんで1ばんさいしょにぎんこうをつくったひとです。ぎんこうのほかにもたくさんのかいしゃにかかわり、めいじからしょうわにかけてにほんのけいざいはってんにおおきくこうけんしました。

きゅうしょくでは、11にちに「しぶさわえいいちイラストつき あじつけのり」がです。このきかいにしぶさわえいいちについてまなんで見ましよう！

