令和２年度　**７ 月 給 食 献 立 予 定 表**　秩父市立北部共同調理場

日	曜	主　食	牛乳	おかず	血や肉、骨や歯になる食品（赤）	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）	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	ﾀﾝﾊﾟｸ質 g
1	水	コッペパン スライス	牛乳	やきそば ウインナーのケチャップソース ポパイサラダ	牛乳　豚肉　のり ウインナー	パン　めん　油 砂糖　ごま油　ごま	キャベツ　玉葱　人参 にんにく　生姜　ほうれん草 もやし　とうもろこし	821	35.1
2	木	ごはん	牛乳	肉じゃが 厚焼きたまご おかか和え	牛乳　豚肉　卵 かつお節	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　でん粉	玉葱　人参　いんげん　白滝 キャベツ　ほうれん草	842	31.4
3	金	フラワーロール	牛乳	ポテトのベーコン煮 チキンナゲット③ ブロッコリーサラダ （イタリアンドレッシング）	牛乳　ベーコン チーズ　鶏肉　おから	パン　じゃが芋　油 パン粉　でん粉 砂糖　小麦粉　米粉	玉葱　人参　いんげん ブロッコリー　キャベツ とうもろこし　ピーマン	867	30.2
6	月	地粉うどん	牛乳	さぬきうどんの汁 いかの天ぷら あっさり和え	牛乳　鶏肉　油揚げ なると　わかめ　いか 卵	うどん　油　小麦粉 でん粉	人参　ねぎ　生姜　キャベツ ほうれん草　とうもろこし	845	36.5
7	火	わかめごはん	牛乳	七夕汁 星のコロッケ ごま和え 七夕ゼリー	牛乳　わかめ　鶏肉 かまぼこ　なると 豚肉　豆乳	ごはん　油　砂糖 ごま　じゃが芋 パン粉　小麦粉 でん粉	ねぎ　人参　オクラ　椎茸 ほうれん草　キャベツ　玉葱 夏みかん　メロン	845	29.7
8	水	ごはん	牛乳	豚キムチ 肉シュウマイ② 大豆もやしのナムル （ナムルドレッシング）	牛乳　豚肉　大豆粉	ごはん　砂糖　油 ごま　でん粉 小麦粉	キムチ　キャベツ　ねぎ にら　人参　生姜　にんにく 大豆もやし　小松菜　玉葱	811	31.4
9	木	ごはん	牛乳	ひじきの炒り煮 いわしの甘露煮 和風サラダ （和風ドレッシング）	牛乳　ひじき　豚肉 竹輪　油揚げ　いわし	ごはん　じゃが芋 砂糖　油　でん粉	人参　こんにゃく　もやし 小松菜　大根　玉葱　りんご プルーン　にんにく　生姜 ピーマン　椎茸	809	29.6
10	金	食パン (苺ジャム)	牛乳	クラムチャウダー デミグラス煮込みハンバーグ ほうれん草ソテー	牛乳　あさり　鶏肉 ベーコン　豚肉	パン　ジャム　油 じゃが芋　小麦粉 バター　砂糖	玉葱　人参　セロリ ほうれん草　とうもろこし	865	32.4
13	月	ごはん	牛乳	じゃがいもの味噌汁 サバの南蛮漬 磯香和え	牛乳　油揚げ　わかめ サバ　のり	ごはん　じゃが芋 でん粉　油　ごま油 砂糖	玉葱　人参　いんげん　ねぎ 生姜　ほうれん草　キャベツ	864	29.9
14	火	ごはん	牛乳	すきやき風煮 小松菜のじゃこ炒め 夏みかんゼリー	牛乳　豚肉　豆腐 ちりめんじゃこ	ごはん　じゃが芋 砂糖　油	キャベツ　ねぎ　人参　白滝 小松菜　とうもろこし 夏みかん	848	33.8
15	水	子供パン スライス	牛乳	コンソメスープ ハムカツ ごぼうサラダ （ごまドレッシング）	牛乳　ベーコン　鶏肉 ひじき　豚肉　卵	パン　じゃが芋　油 ごま　パン粉　砂糖 小麦粉　でん粉	玉葱　キャベツ　人参 ごぼう　れんこん	840	27.0
16	木	ごはん	牛乳	中華コーンスープ 黒豚ニラまんじゅう② ビビンバの具	牛乳　卵　鶏肉　豚肉 大豆粉	ごはん　でん粉 ごま油　砂糖　ごま 小麦粉	とうもろこし　ねぎ　小松菜 にんにく　生姜　大豆もやし 人参　ほうれん草　大根 キムチ　にら　キャベツ	846	32.6
17	金	はちみつパン	牛乳	ポークビーンズ コールスローサラダ （コールスロードレッシング） ヨーグルト	牛乳　大豆　豚肉 いんげん豆　卵 ヨーグルト	パン　じゃが芋 砂糖　油	玉葱　人参　ピーマン にんにく　トマト　キャベツ 胡瓜　レモン	814	32.6
20	月	中華めん	牛乳	味噌ラーメンのしる 春巻き チンゲン菜のナムル	牛乳　豚肉　鶏肉	めん　油　ごま油 ごま　春雨　でん粉 小麦粉　砂糖	キャベツ　もやし　人参 玉葱　にんにく　生姜 チンゲン菜　大豆もやし たけのこ　きくらげ	815	30.1
21	火	ごはん (のりふりかけ)	牛乳	厚揚げの五目煮 たくあん和え 青りんごゼリー	牛乳　厚揚げ　豚肉 卵　かつお節　のり	ごはん　油　砂糖 ごま　でん粉	玉葱　人参　たけのこ たくあん　もやし　抹茶 ほうれん草　りんご	814	30.7
22	水	ごはん	牛乳	かきたま汁 あじフライ（中濃ソース） 塩昆布和え	牛乳　卵　豆腐 油揚げ　あじ	ごはん　でん粉　油 ごま油　パン粉 小麦粉　砂糖	玉葱　人参　チンゲン菜 椎茸　キャベツ　小松菜 昆布	850	34.7
27	月	ごはん	牛乳	豆腐の中華煮 肉団子② 春雨サラダ （棒々鶏ドレッシング）	牛乳　豆腐　豚肉 えび　いか　鶏肉	ごはん　油　砂糖 でん粉　ごま油 春雨　パン粉　ごま	たけのこ　玉葱　人参　椎茸 生姜　にんにく　キャベツ 胡瓜　とうもろこし　レモン	844	36.8
28	火	五目ごはん	牛乳	もずくの味噌汁 モウカの竜田揚げ プリン	牛乳　鶏肉　油揚げ 豆腐　もずく　モウカ	ごはん　油　砂糖 でん粉	ごぼう　人参　たけのこ 椎茸　ねぎ	839	35.0
29	水	ツイストパン	牛乳	ミートソーススパゲティー オムレツ グリーンサラダ （イタリアンドレッシング）	牛乳　豚肉　卵	パン　スパゲティー 油　バター　砂糖 でん粉	玉葱　人参　ピーマン にんにく　キャベツ　枝豆 ほうれん草　ブロッコリー	858	34.7
30	木	ごはん	牛乳	チキンカレー 合わせるゼリー（マスカット） 福神漬	牛乳　鶏肉	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　小麦粉 でん粉	玉葱　人参　にんにく　生姜 桃　パイン　みかん　ぶどう	859	26.1
31	金	メロンパン	牛乳	ブイヤベース風スープ 鶏肉の香り揚げ② キャベツサラダ （コールスロードレッシング）	牛乳　あさり　えび いか　鶏肉　卵	パン　じゃが芋　油 砂糖　でん粉　米粉 パン粉　小麦粉	玉葱　人参　トマト　パセリ にんにく　キャベツ　大根 胡瓜　生姜　なす　れんこん しそ　レモン	805	29.4

8月3日（月）食パン・キャラメルクリーム・牛乳・ブルーベリークレープ、4日（火）バターコッペパン・苺ジャム・牛乳・巨峰ゼリー、5日（水）ツイストパン・コーヒー牛乳・ヨーグルト

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆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。
◆給食に関係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。

【秩父市からお知らせ】
新型コロナウイルス感染症に対する支援として、今年度に限り秩父市子育て支援学校給食費補助金制度を拡充し、７月からの給食費集金額を全額補助します。
（７月以降の給食費の集金はありません。）

令和２年度　# ７ 月 給 食 献 立 予 定 表　秩父市立北部共同調理場

日	曜	主　食	牛乳	おかず	血や肉、骨や歯になる食品（赤）	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）	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	ﾀﾝﾊﾟｸ質 g
1	水	コッペパン スライス	牛乳	やきそば ウインナーのケチャップソース ポパイサラダ	牛乳　豚肉　のり ウインナー	パン　めん　油 砂糖　ごま油　ごま	キャベツ　玉葱　人参 にんにく　生姜　ほうれん草 もやし　とうもろこし	821	35.1
2	木	ごはん	牛乳	肉じゃが 厚焼きたまご おかか和え	牛乳　豚肉　卵 かつお節	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　でん粉	玉葱　人参　いんげん　白滝 キャベツ　ほうれん草	842	31.4
3	金	フラワーロール	牛乳	ポテトのベーコン煮 チキンナゲット③ ブロッコリーサラダ （イタリアンドレッシング）	牛乳　ベーコン チーズ　鶏肉　おから	パン　じゃが芋　油 パン粉　でん粉 砂糖　小麦粉　米粉	玉葱　人参　いんげん ブロッコリー　キャベツ とうもろこし　ピーマン	867	30.2
6	月	地粉うどん	牛乳	さぬきうどんの汁 いかの天ぷら あっさり和え	牛乳　鶏肉　油揚げ なると　わかめ　いか 卵	うどん　油　小麦粉 でん粉	人参　ねぎ　生姜　キャベツ ほうれん草　とうもろこし	845	36.5
7	火	わかめごはん	牛乳	七夕汁 星のコロッケ ごま和え 七夕ゼリー	牛乳　わかめ　鶏肉 かまぼこ　なると 豚肉　豆乳	ごはん　油　砂糖 ごま　じゃが芋 パン粉　小麦粉 でん粉	ねぎ　人参　オクラ　椎茸 ほうれん草　キャベツ　玉葱 夏みかん　メロン	845	29.7
8	水	ごはん	牛乳	豚キムチ 肉シュウマイ② 大豆もやしのナムル （ナムルドレッシング）	牛乳　豚肉　大豆粉	ごはん　砂糖　油 ごま　でん粉 小麦粉	キムチ　キャベツ　ねぎ にら　人参　生姜　にんにく 大豆もやし　小松菜　玉葱	811	31.4
9	木	ごはん	牛乳	ひじきの炒り煮 いわしの甘露煮 和風サラダ （和風ドレッシング）	牛乳　ひじき　豚肉 竹輪　油揚げ　いわし	ごはん　じゃが芋 砂糖　油　でん粉	人参　こんにゃく　もやし 小松菜　大根　玉葱　りんご プルーン　にんにく　生姜 ピーマン　椎茸	809	29.6
10	金	食パン (苺ジャム)	牛乳	クラムチャウダー デミグラス煮込みハンバーグ ほうれん草ソテー	牛乳　あさり　鶏肉 ベーコン　豚肉	パン　ジャム　油 じゃが芋　小麦粉 バター　砂糖	玉葱　人参　セロリ ほうれん草　とうもろこし	865	32.4
13	月	ごはん	牛乳	じゃがいもの味噌汁 サバの南蛮漬 磯香和え	牛乳　油揚げ　わかめ サバ　のり	ごはん　じゃが芋 でん粉　油　ごま油 砂糖	玉葱　人参　いんげん　ねぎ 生姜　ほうれん草　キャベツ	864	29.9
14	火	ごはん	牛乳	すきやき風煮 小松菜のじゃこ炒め 夏みかんゼリー	牛乳　豚肉　豆腐 ちりめんじゃこ	ごはん　じゃが芋 砂糖　油	キャベツ　ねぎ　人参　白滝 小松菜　とうもろこし 夏みかん	848	33.8
15	水	子供パン スライス	牛乳	コンソメスープ ハムカツ ごぼうサラダ （ごまドレッシング）	牛乳　ベーコン　鶏肉 ひじき　豚肉　卵	パン　じゃが芋　油 ごま　パン粉　砂糖 小麦粉　でん粉	玉葱　キャベツ　人参 ごぼう　れんこん	840	27.0
16	木	ごはん	牛乳	中華コーンスープ 黒豚ニラまんじゅう② ビビンバの具	牛乳　卵　鶏肉　豚肉 大豆粉	ごはん　でん粉 ごま油　砂糖　ごま 小麦粉	とうもろこし　ねぎ　小松菜 にんにく　生姜　大豆もやし 人参　ほうれん草　大根 キムチ　にら　キャベツ	846	32.6
17	金	はちみつパン	牛乳	ポークビーンズ コールスローサラダ （コールスロードレッシング） ヨーグルト	牛乳　大豆　豚肉 いんげん豆　卵 ヨーグルト	パン　じゃが芋 砂糖　油	玉葱　人参　ピーマン にんにく　トマト　キャベツ 胡瓜　レモン	814	32.6
20	月	中華めん	牛乳	味噌ラーメンのしる 春巻き チンゲン菜のナムル	牛乳　豚肉　鶏肉	めん　油　ごま油 ごま　春雨　でん粉 小麦粉　砂糖	キャベツ　もやし　人参 玉葱　にんにく　生姜 チンゲン菜　大豆もやし たけのこ　きくらげ	815	30.1
21	火	ごはん (のりふりかけ)	牛乳	厚揚げの五目煮 たくあん和え 青りんごゼリー	牛乳　厚揚げ　豚肉 卵　かつお節　のり	ごはん　油　砂糖 ごま　でん粉	玉葱　人参　たけのこ たくあん　もやし　抹茶 ほうれん草　りんご	814	30.7
22	水	ごはん	牛乳	かきたま汁 あじフライ（中濃ソース） 塩昆布和え	牛乳　卵　豆腐 油揚げ　あじ	ごはん　でん粉　油 ごま油　パン粉 小麦粉　砂糖	玉葱　人参　チンゲン菜 椎茸　キャベツ　小松菜 昆布	850	34.7
27	月	ごはん	牛乳	豆腐の中華煮 肉団子② 春雨サラダ （棒々鶏ドレッシング）	牛乳　豆腐　豚肉 えび　いか　鶏肉	ごはん　油　砂糖 でん粉　ごま油 春雨　パン粉　ごま	たけのこ　玉葱　人参　椎茸 生姜　にんにく　キャベツ 胡瓜　とうもろこし　レモン	844	36.8
28	火	五目ごはん	牛乳	もずくの味噌汁 モウカの竜田揚げ プリン	牛乳　鶏肉　油揚げ 豆腐　もずく　モウカ	ごはん　油　砂糖 でん粉	ごぼう　人参　たけのこ 椎茸　ねぎ	839	35.0
29	水	ツイストパン	牛乳	ミートソーススパゲティー オムレツ グリーンサラダ （イタリアンドレッシング）	牛乳　豚肉　卵	パン　スパゲティー 油　バター　砂糖 でん粉	玉葱　人参　ピーマン にんにく　キャベツ　枝豆 ほうれん草　ブロッコリー	858	34.7
30	木	ごはん	牛乳	チキンカレー 合わせるゼリー（マスカット） 福神漬	牛乳　鶏肉	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　小麦粉 でん粉	玉葱　人参　にんにく　生姜 桃　パイン　みかん　ぶどう	859	26.1
31	金	メロンパン	牛乳	ブイヤベース風スープ 鶏肉の香り揚げ② キャベツサラダ （コールスロードレッシング）	牛乳　あさり　えび いか　鶏肉　卵	パン　じゃが芋　油 砂糖　でん粉　米粉 パン粉　小麦粉	玉葱　人参　トマト　パセリ にんにく　キャベツ　大根 胡瓜　生姜　なす　れんこん しそ　レモン	805	29.4

8月3日（月）食パン・キャラメルクリーム・牛乳・ブルーベリークレープ、4日（火）バターコッペパン・苺ジャム・牛乳・巨峰ゼリー、5日（水）ツイストパン・コーヒー牛乳・ヨーグルト

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆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。
◆給食に関係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。

【秩父市からお知らせ】
新型コロナウイルス感染症に対する支援として、今年度に限り秩父市子育て支援学校給食費補助金制度を拡充し、７月からの給食費集金額を全額補助します。
（７月以降の給食費の集金はありません。）