

7月の予定献立表(小学校)

令和6(2024)年度

日曜	の	給食回数	給食目標			こんだてメモ
			16回	夏の食生活と健康について考えよう		
の		こんだて	ざいりょうのはたらき			
み			ちからやねつに なるもと(き)	ちやくに なるもと(あか)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)	
1月	ウ	スパゲッティミートソース じゃがいもときゅうりのサラダ パレンシアオレンジ	スパゲッティ あがら バター こむぎこ さとう じゃがいも フレンチドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン チーズ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが トマト キャベツ きゅうり とうもろこし オレンジ	今月の立川産 キャベツ・きゅうり・たまねぎ・ とうもろこし・なす・にんにく・ じゃがいも
2火	ウ	ごはん にくどうふ ししゃものカレーあげ やさしいごまいため	こめ あがら さとう こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ししゃも	たまねぎ ねぎ しらたき こまつな もやし にんじん はくさい	
3水	ウ	ちゅうかどん はるさめスープ すいか	こめ あがら でんぱん ごまあがら はるさめ	ぎゅうにゅう えび いか ぶたにく とり	にんじん たまねぎ たけのこ はくさい チンゲンサイ ねぎ にんにく しょうが きくらげ もやし こまつな すいか	7月7日(七夕の節句) 五節句の1つで、中国から伝 わった織り姫と彦星の伝説に、日本の 伝説や旧暦のお盆が加わって現代の 七夕になりました。8日は、天の川 をイメージして、米粉めんとう星形かま ぼこを使った「たなばたじる」を提供し ます。
4木	ウ	ソフトフランスパン さかなのレモンパジルやき ジャーマンポテト マカロニスープ	ソフトフランスパン じゃがいも あがら マカロニ	ぎゅうにゅう さけ ワインナー ベーコン	にんにく レモン たまねぎ パセリ にんじん	
5金	ウ	キャロットライス ぶたにくのこうみカツレツ キャベツとさつまいものサラダ ミネストローネ	こめ あがら バター こむぎこ パンこ さつまいも コーンクリームドレッシング さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン いんげんまめ	にんじん たまねぎ パセリ にんにく キャベツ きゅうり セロリ トマト かぶ	
8月	ウ	ごはん さばのねぎみそやき ひじきのいろどりに たなばたじる シークワサーゼリー	こめ さとう あがら こめごめん シークワサーゼリー	ぎゅうにゅう さば みそ ひじき ベーコン かまぼこ あがらあげ	ねぎ ビーマン パブリカ にんじん たけのこ しいたけ オクラ	絵本給食 今月の絵本給食は、 12日の「ジャージャーめん」です。 絵本のあらすじは、裏面へ！ → → →
9火	ウ	あげパン ラタトゥイユ ガーリックポテト	コッパン あがら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とり いんげんまめ だいず	たまねぎ なす ビーマン パブリカ スズキーニ にんにく トマト	
10水	ウ	ごはん ゆずふうみとりつくね ほうれんそうとしらすのびたし とうがんのみそしる	こめ さとう あがら でんぱん	ぎゅうにゅう とり しらすほし あがらあげ かつおぶし わかめ みそ	にんじん たまねぎ えだまめ しいたけ ゆず ほうれんそう とうがん えのきたけ ねぎ	
11木	ウ	なつやさいカレー ごぼうサラダ ぶどうのかきごおり	こめ あがら バター こむぎこ たまねぎドレッシング ぶどうのかきごおり	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが さやいんげん スズキーニ かぼちゃ なす トマト ごぼう だいこん きゅうり	
12金	ウ	ジャージャーめん トックいりかきたまスープ とうもろこし	ちゅうかめん あがら でんぱん ごまあがら トック	ぎゅうにゅう ぶたにく とり だいず みそ たまご	たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ にんにく しょうが こまつな えのきたけ とうもろこし	～今月の注目!!食材～ とうもろこし 立川市でとうもろこしを作っ ている農家の豊産さんが、とうも ろこし栽培について教えてくだ さいました。
16火	ウ	ごはん さわらのたつたあげ じゃがいもとピーマンのみそいため とうにゅうみそしる	こめ でんぱん あがら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう さわら みそ なまあげ とうにゅう	しょうが にんじん ビーマン もやし だいこん ほうれんそう ねぎ	
17水	ウ	コーンパン かぼちゃのキッシュ だいこんとほたてのサラダ しろいんげんまめとほうれんそうのスープ	コーンパン バター ちゅうかドレッシング あがら	ぎゅうにゅう ベーコン たまご なまクリーム チーズ ほたて ウィナー いんげんまめ	かぼちゃ たまねぎ マッシュルーム だいこん きゅうり とうもろこし にんじん セロリ ほうれんそう	
18木	ウ	ごはん あじフライ(ソース) かいそうサラダ じゃがいもとスズキーニのみそしる	こめ こむぎこ パンこ あがら わかうドレッシング じゃがいも	ぎゅうにゅう あじ かいそうミックス あがらあげ みそ	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし たまねぎ スズキーニ	
19金	ウ	マーボーどん とりにくととうがんのちゅうかスープ パレンシアオレンジ	こめ さとう でんぱん ごまあがら あがら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ とり	にんじん たまねぎ ねぎ にんにく しょうが とうがん チンゲンサイ しいたけ オレンジ	
22月	ウ	ごはん とうふナゲット(2こ)(ケチャップ) きゅうりとハムのピリからあえ キムチチゲ	こめ あがら でんぱん さとう ごまあがら じゃがいも	ぎゅうにゅう とうふ とり とうふ ハム ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん しょうが きゅうり もやし キムチ えのきたけ だいこん ねぎ にら	*ムサカは、じゃがいもとなす、ひき肉、ペンヤ メルソースを重ねて焼いたグラタンに似た料 理です。 ☆🍌🍆🍅🍆🍌🍆🍅🍆🍌🍆🍅🍆🍌🍆🍅🍆
23火	ウ	ミルクパン ムサカ* キャベツのスープに ミックスフルーツ	ミルクパン じゃがいも あがら さとう こむぎこ バター ぶどうゼリー りんごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ とり	なす たまねぎ マッシュルーム トマト パセリ キャベツ にんじん かぼちゃ さやいんげん もも みかん パイナップル	

*都合により献立が変更になることもあります。
 *学校給食では、様々な食品を使用します。
 *今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。
 *立川市学校給食における食物アレルギー対応
 方針はホームページからご覧になれます。
 下記QRコードからアクセスしてください。



〈立川市学校給食における
アレルギー対応方針〉



〈Instagram:
みんなのくるりんキッチン〉



Instagramには、
給食写真を投稿
しています。

基準	エネルギー	たんぱく質
今月の平均	628kcal	摂取エネルギー全体の 17%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13~20%

東調理場(小) <<みんなのくるりんキッチン>>



～白衣について～

お子様が給食当番を担当した場合、週末に給食当番の白衣一式を持ち帰ります。洗濯をして、翌週持たせてください。
 香りに敏感なお子様もいらっしゃる中で、洗濯の際は、洗剤や柔軟剤にご配慮いただけますようお願いいたします。
 アイロンがけは必須ではありません。
 ほろこび等ございましたら、簡単な縫いをしていただくと幸いです。