7月予定献立表

令和6年7月　池田町学校給食センター

2024年7月26日から行われるオリンピックを記念して16日からは開催国にまつわるメニューを提供します♫

日	曜日					
1	月	**ごはん** 米　強化米	**玉葱と白菜の味噌汁** 玉葱　白菜　味噌 削り節　昆布	**いかのレモンあん** いか　酒　鶏卵　でん粉　枝豆 砂糖　醤油　レモン汁　サラダ油	**はりはり漬け** 切干大根　ひじき　人参　砂糖 酢　醤油　ごま　生姜	牛乳
2	火	**かぼちゃパン** （小麦粉　砂糖　食塩　鶏卵 脱脂粉乳　イースト　マーガリン かぼちゃパウダー　ショートニング）	**キャベツスープ** キャベツ　玉葱　鶏肉　醤油 コンソメ　サラダ油	**ビーフソーセージ** **ビーフソーセージ**（小麦・乳・ 牛肉・豚肉・大豆を含む）	**マカロニケチャップソテー** マカロニ　サラダ油　玉葱　ピーマン マッシュルーム　**ベーコン**　バター　オリーブ油 ケチャップ　トマトソース　デミグラスソース ウスターソース　砂糖　**トカップ白**	牛乳
3	水	**ごはん** 米　強化米	**大根と油揚げの味噌汁** 大根　油揚げ　味噌 削り節　昆布	**鶏肉の香味焼き** 鶏肉　玉葱　人参　にんにく　生姜 醤油　みりん　砂糖　味噌　ケチャップ 酒　ウスターソース　サラダ油	**中華きゅうり** きゅうり　ごま油　砂糖 醤油　酢　唐辛子	牛乳
4	木	♫ドリカムの歌給食♫ **♫泣きながら食べたうどん（焼きうどん）♫** うどん　豚肉　いか　ちくわ 人参　長葱　もやし　醤油 サラダ油　焼きうどんのたれ	**わかめスープ** わかめ　**ベーコン**　たけのこ スープストック　コンソメ 醤油　鶏ガラ　玉葱　人参	✨新メニュー✨ **♫あなたにサラダ♫** キャベツ　玉葱　ツナ　ピーマン **金時豆**　エッグケア マヨネーズ小袋（卵不使用）	✨約10年ぶりの登場です！！✨ **お菓子の小松さんの山幸ぶどうゼリー** **山幸ぶどうゼリー** （一部にぶどうを含む）	ジョア
5	金	☆彡七夕給食☆彡 **☆七夕ちらし寿司☆** 米　強化米　昆布　砂糖　酢 干椎茸　かんぴょう　たけのこ　人参 油揚げ　ちくわ　絹さや 醤油　みりん　酒	**☆七夕そうめん汁☆** そうめん　鶏肉　長葱 削り節　みりん　酒　醤油 昆布　花麩　かつおエキス	**☆お星さまコロッケ☆** （じゃがいも　玉葱　鶏肉　豚肉　砂糖　豚脂 乾燥マッシュポテト　食塩　香辛料　パン粉 小麦粉　でん粉　他　一部に小麦・鶏肉・ 豚肉を含む）サラダ油　ウスターソース	**☆キラキラ七夕フルーツミックス☆** みかん缶　パイン缶 月型星型ゼリー（乳含む） カットゼリー（サイダー）	牛乳
8	月	**3色ピラフ** 米　強化米　麦　人参　枝豆　玉葱　コーン バター　**トカップ白**　コンソメ		**白菜スープ** 白菜　マッシュルーム　**ウインナー** コンソメ　醤油　スープストック 鶏ガラ　人参　玉葱	**ほうれん草のベーコンサラダ** ほうれん草　キャベツ **ベーコン**　オリーブ油 砂糖　醤油　酢	牛乳
9	火	**ミルクベビーパン** （小麦粉　砂糖　鶏卵　食塩 脱脂粉乳　イースト　牛乳 ショートニング　マーガリン）	**ABCマカロニスープ** 玉葱　人参　さやいんげん **ウインナー**　ABCマカロニ コンソメ	**ポークビーンズ** 豚肉　にんにく　じゃがいも　玉葱　人参 **大豆**　粉チーズ　サラダ油　砂糖 ケチャップ　トマト缶　ウスターソース	**ハムコーンサラダ** ハム　コーン　きゅうり キャベツ　ごま　砂糖 酢　醤油　サラダ油	牛乳
10	水	**スタミナ丼** 米　強化米　豚肉　にら　もやし　人参　メンマ　ごま ごま油　生姜　にんにく　醤油　みりん　ウスターソース 砂糖　豆板醤　でん粉		**豆腐とふのりの味噌汁** 豆腐　ふのり　長葱　味噌 削り節　昆布	**果物　すいか** すいか	牛乳
11	木	**冷やし中華** ラーメン　ミニトマト　きゅうり　人参　もやし　コーン　ハム 冷やし中華スープ小袋（一部に小麦・大豆・ごま・りんごを含む）			**うの花コロッケ** （じゃがいも　ごぼう　人参　玉葱　おから　ひじき　砂糖 醤油　なたね油　塩　パン粉　でん粉　食物油脂　他 一部に小麦・大豆を含む）サラダ油　ウスターソース	牛乳
12	金	**ごはん** 米　強化米	**玉葱とわかめの味噌汁** 玉葱　わかめ　味噌 削り節　昆布	**さばの醤油みりん焼き** さば　砂糖　醤油 みりん　でん粉	**磯煮** ひじき　さやいんげん　高野豆腐　油揚げ さつま揚げ　つきこんにゃく　人参 サラダ油　酒　砂糖　醤油　みりん	牛乳
		海の日				
16	火	2024夏季オリンピック 開催国フランス **たまごパン** （小麦粉　砂糖　食塩　鶏卵 脱脂粉乳　イースト ショートニング　マーガリン）	**ジュリエンヌスープ** 玉葱　キャベツ　人参 ピーマン　**ベーコン**　サラダ油 コンソメ　**トカップ白**	**ほうれん草のキッシュ** ほうれん草　**ウインナー**　バター コンソメ　鶏卵　牛乳 チーズ　砂糖	**チキン入りラタトゥイユ** 鶏肉　ズッキーニ　玉葱　ピーマン なす　にんにく　トマト缶 オリーブ油　コンソメ　ケチャップ	牛乳
17	水	7/17は道みんの日！ 道みんの日給食 **混ぜ込みいかめし** 米　もち米　強化米　いか 砂糖　醤油　みりん　酒　生姜	**どさんこ汁** じゃがいも　玉葱　人参 もやし　コーン　生姜 にんにく　味噌　削り節	**ほっけフライ** （ほっけ　パン粉　小麦粉　他） サラダ油　ウスターソース	**きゅうりとわかめの酢の物** きゅうり　人参　ハム　わかめ 砂糖　酢　醤油　ごま	牛乳
18	木	2026冬季オリンピック 開催国イタリア **ペンネなすボロネーゼ** ペンネ　サラダ油　バター　豚肉　牛肉　ひきわり大豆　玉葱　人参　なす　ケチャップ トマトソース　コンソメ　ウスターソース　砂糖　**トカップ赤**　粉チーズ　でん粉			**ハム入りマリネ** ハム　パプリカ　キャベツ　きゅうり コーン　玉葱　イタリアンドレッシング （一部に大豆・りんごを含む）	牛乳
19	金	2022冬季オリンピック 開催国中国 **焼き豚チャーハン** 豚肉　長葱　生姜　にんにく　酒　醤油　みりん　人参　玉葱 コーン　干椎茸　サラダ油　ごま油　砂糖　米　強化米　麦		**かきたまスープ** 鶏卵　人参　玉葱　コンソメ でん粉　パセリ　**トカップ白**	**蒸しシュウマイ（小2個・中3個）** （玉葱　すけとうだら　砂糖　人参　豚脂 でん粉　食塩　ごま油　こしょう　小麦粉他 一部に小麦・豚肉・ごまを含む）	牛乳
22	月	2028夏季オリンピック 開催国アメリカ ✨新メニュー✨ **チリコンカン風ピラフ** 米　麦　強化米　カレー粉　バター　鶏肉 玉葱　人参　ゆで大豆　ケチャップ トマトピューレ　ウスターソース　サラダ油 ブイヨン　パセリ　チリパウダー	**オニオンスープ** 玉葱　人参 サラダ油　コンソメ	**オレンジ風味の照り焼き** 鶏肉　マーマレード 醤油　酒	**シーザーサラダ** キャベツ　きゅうり　人参　コーン シーザーサラダドレッシング（一部に 乳・卵・小麦・大豆を含む）クルトン	牛乳
23	火	ソウルフードを巡る旅 第三弾☆沖縄県 **読谷村タコライス** 米　麦　強化米　牛肉　豚肉　ひきわり大豆　人参　玉葱　にんにく ピーマン　**トカップ赤**　ケチャップ　トマトソース　砂糖 ウスターソース　チリソース　チリパウダー　キャベツ　サラダ油		**もずくスープ** もずく　たけのこ　長葱 スープストック　コンソメ　醤油 鶏ガラ　人参　玉葱	**ベビーパイン** ベビーパイン	牛乳

✿使用予定の材料が変更になる場合があります。
✿各献立に入っている食材はおおよそ記入してありますが、調味料や加工品についての微量成分はすべて記入できない場合があります。塩・胡椒は毎日のように使用しているため、記載を省略しています。
✿原材料欄（）で記載されている食品は既製品になります。
✿鶏ガラ以降に記載されている人参・玉ねぎは出汁に使用しています。

1食あたりの平均摂取量

	熱量	たんぱく質	脂質	食塩
小学生	660kcal	24.8ｇ	22.0ｇ	2.9g
中学生	817kcal	29.8g	25.8g	3.5g

【学校給食摂取基準について】
各年齢の成長期の子どもたちに必要な栄養摂取の基準。
これをもとに学校給食の献立を考えています。
残さず食べられるよう少しずつ努力していきましょう。

		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
小学生	低学年	530Kcal	全摂取エネルギーの13～20%	全摂取エネルギーの20～30%	1.5g未満
	中学年	650Kcal			2g未満
	高学年	780Kcal			
中学生		830Kcal			2.5g未満

いただきます　感謝の気持ちをわすれずに

☆今月の池田産食材☆
今月は7種類の池田町産食材を使います。
～池田町産の食材をすすんで食べよう～

太字で記載されている食材は池田町産の食材です。