



# 7月 学校給食献立表

令和7年度発行  
東広島北部学校給食センター

日(曜)	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)
<b>献立</b>	牛乳 ごはん 豆腐となすの中華煮 パンサンスー	牛乳 コッペパン パスタのトマトソース煮 枝豆サラダ	牛乳 ごはん 五目卵焼き しそひじきあえ 鶏団子汁	牛乳 ごはん 白身魚天ぷら ピリッと漬け 七タ汁 七タゼリー	牛乳 ごはん 肉じゃが ひろしまドレみそ汁	牛乳 ごはん さばの塩焼き うりだこ 豆まめみそ汁	牛乳 リッチパン 鶏肉のラタトゥイユソースかけ ジュリアンスープ	牛乳 ごはん スタミナ丼の具 ジャキッとポテトの中華あえ ヨーグルト	牛乳 ごはん 親子煮 ごまあえ
<b>献立の材料</b>	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 豚肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ おろししょうが △ トウバンジャン △ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ 干し椎茸 △ なす △ ねぎ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 丸鶏使用がらスープ △ でん粉 □ 水 □ チキンハム ○ はるさめ □ もやし △ きゅうり △ にんじん △ 白ごま □ 三温糖 □ 酢 □ こいくちしょうゆ △ ごま油 □	牛乳 ○ コッペパン □ カッツパグッティ □ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ たまねぎ △ にんじん △ マッシュルーム △ トマト缶 △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ トマトケチャップ △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ ツナ油漬け ○ えだまめ △ じゃがいも △ にんじん △ オクラ △ きゅうり △ ノイグ マネー △ 酢 □ 塩 △ こしょう △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 五目卵焼き ○ 揚げ油 □ キャベツ △ こまつな △ にんじん △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 鶏つくね ○ 木綿豆腐 ○ たまねぎ △ にんじん △ だいこん △ ごぼう △ ねぎ △ だし昆布 △ 混合削り節 ○ 料理酒 △ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 白身魚天ぷら ○ 揚げ油 □ だいこん △ きゅうり △ にんじん △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 群 △ ごま油 □ 一味唐辛子 ○ 鶏肉 ○ 細切りかまぼこ ○ にんじん(星型) △ たまねぎ △ 干し椎茸 △ 米粉めん △ オクラ △ だし昆布 △ 混合削り節 △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ 水 ○ 七タゼリー □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 牛肉 ○ 料理酒 ○ 塩 △ なたね油 △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ 系こんにゃく △ さつま揚げ △ 絹揚げ △ グリーンピース △ 三温糖 △ 群 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 ○ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ ねぎ △ 豆乳 ○ 中みそ ○ だし煮干し △ 水 ○ レモン果汁 △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ さば ○ 塩 △ なたね油 △ たこ ○ きゅうり △ にんじん △ カットわかめ ○ 三温糖 △ 群 △ うすくちしょうゆ △ 生揚げ ○ たまねぎ △ じゃがいも △ にんじん △ ねぎ △ 豆乳 ○ 中みそ ○ だし煮干し △ 水 ○	牛乳 ○ リッチパン □ 鶏肉 ○ なたね油 □ たまねぎ △ ピーマン △ きゅうり △ なす △ トマト缶 △ なたね油 △ 三温糖 △ 丸鶏使用がらスープ △ ガーリックパウダー △ 塩 △ こしょう △ ベーコン ○ 料理酒 △ にんじん △ たまねぎ △ キャベツ △ えのきだけ △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ こしょう △ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 豚肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ おろししょうが △ トウバンジャン △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ 板こんにゃく △ いんげん △ たまご △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 ○ キャベツ △ にんじん △ こまつな △ 白ごま □ 白すりごま □ 三温糖 □ こいくちしょうゆ □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ たまねぎ △ にんじん △ 板こんにゃく △ いんげん △ たまご △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 ○ キャベツ △ にんじん △ こまつな △ 白ごま □ 白すりごま □ 三温糖 □ こいくちしょうゆ □
<b>エネルギー</b>	食塩 710 kcal   1.5 g	778 kcal   2.8 g	683 kcal   2.2 g	761 kcal   1.6 g	779 kcal   2.1 g	706 kcal   2.5 g	789 kcal   2.7 g	709 kcal   2.1 g	728 kcal   1.7 g

日(曜)	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
<b>献立</b>	牛乳 ごはん 豚キムチ じゃがじゃこ揚げ ナムル	牛乳 ごはん ゴーヤチャンプルー 五色あえ 小魚アーモンド	牛乳 黒糖パン チキンビーンズ フレンチーズサラダ	牛乳 古代米ごはん あじフライ 更紗あえ ゆめまる汁	牛乳 ごはん 夏野菜カレー ハワイアンサラダ
<b>献立の材料</b>	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 豚肉 ○ 料理酒 ○ 絹揚げ △ はくさいキムチ △ たまねぎ △ にんじん △ キャベツ △ しいたけ △ にら △ こいくちしょうゆ △ 塩 □ 三温糖 □ じゃがいも □ 揚げ油 □ ちりめん ○ 塩 △ もやし △ きゅうり △ にんじん △ ごま油 □ 酢 □ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ 塩 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 豚肉 ○ おろししょうが △ 料理酒 ○ 木綿豆腐 ○ たまねぎ △ にんじん △ たまねぎ △ もやし △ しめじ △ にがうり △ 和え物用花かつお △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ 塩 □ ごま油 □ きゅうり △ だいこん △ にんじん △ きゅうり △ とうもろこし △ きくらげ △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ △ 小魚アーモンド □	牛乳 ○ 黒糖パン □ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ 大豆(乾) △ たまねぎ △ にんじん △ じゃがいも □ マッシュルーム △ 丸鶏使用がらスープ △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ ごま油 □ 塩 □ こしょう △ 水 ○ キャベツ △ にんじん △ たまねぎ △ きゅうり △ じゃがいも △ なす △ ダイスチーズ △ 三温糖 □ 酢 □ なたね油 □ 塩 □ こしょう △	牛乳 ○ 精白米 □ 黒米 □ 学校給食用強化米 □ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ 揚げ油 □ 錦糸卵 ○ ピーマン △ にんじん △ もやし △ 塩昆布 ○ ごま油 □ こしょう △ 木綿豆腐 ○ 油揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ きゅうり △ じゃがいも □ なす △ だし煮干し △ 中みそ ○ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ おろししょうが △ たまねぎ △ なす △ ズッキーニ △ かぼちゃ △ トマト缶 △ カレールウ △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ こしょう △ 水 ○ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ パインアップル缶 △ なたね油 □ 酢 □ 三温糖 □ 塩 □ こしょう △
<b>エネルギー</b>	食塩 704 kcal   2.0 g	723 kcal   1.7 g	757 kcal   3.1 g	743 kcal   2.4 g	772 kcal   2.7 g

### 地場産野菜の紹介

きゅうり
 ピーマン
 キャベツ
 じゃがいも (ドラゴンレッド)

なす
 ズッキーニ

**中まで赤いじゃがいも  
ドラゴンレッド**

7月の給食では、有機農家の「百や」さん(東広島市志和町)が栽培されたじゃがいも(ドラゴンレッド)を使用予定です。

文献: JA全農ながさき園芸部特産課

※物資の都合により、献立を変更することがあります。  
※○△□について…○: おもに体をつくるものとなる食品(赤) △: おもに体の調子を整えるものとなる食品(緑) □: おもに体エネルギーのものとなる食品(黄) (こんにゃくは、いも類(黄)に分類されますが、体内の働きで「おもに体の調子を整えるものとなる食品(緑)」に分類)