



7月

学校給食献立表

令和8年度発行
東広島北部学校給食センター

B献立（中学校）

日(曜)	1(水)	2(木)	3(金)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)
献立	牛乳 ごはん 五目卵焼き うりだこ 冬瓜の鶏そぼろ煮 郷土料理	牛乳 コッペパン チキンピーンズ ツナサラダ	牛乳 ごはん チャプチェ ナムル	牛乳 ごはん ゴーヤチャンプルー じゃこあえ	牛乳 ごはん 白身魚天ぷら 五色あえ セタ汁 セタゼリー	牛乳 ごはん 親子煮 きゅうりのピリッとあえ	牛乳 バターパン グリルチキン ラタトゥイユソース コンソメスープ	牛乳 ごはん 豚肉となすのみそ炒め 春雨あえ
献立の材料	牛乳 精白米 学校給食用強化米 五目卵焼き なたね油 たこ にんじん きゅうり カットわかめ 三温糖 酢 うすくちしょうゆ 鶏ひき肉 料理酒 絹揚げ たまねぎ にんじん 板こんにゃく しめじ とうがん きゅうり 三温糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 塩 じゃがいもでん粉 水	牛乳 コッペパン 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 トマトクチャップ ウスターソース 三温糖 塩 こしょう 水 ツナ油漬け キャベツ きゅうり にんじん きゅうり 三温糖 酢 塩 こしょう	牛乳 精白米 学校給食用強化米 牛肉 豚肉 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 牛し椎茸 はるさめ ピーマン 白ごま 三温糖 こいくちしょうゆ オイスターソース 塩 こしょう 水 チキンハム きゅうり もやし にんじん 三温糖 こいくちしょうゆ ごま油	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 こまつな にんじん しめじ たまねぎ もやし きゅうり こいくちしょうゆ 三温糖 鶏肉 細切りかまぼこ にんじん(星型) たまねぎ 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 セタゼリー	牛乳 精白米 学校給食用強化米 白身魚天ぷら60g 揚げ油 鶏肉 料理酒 にんじん たまねぎ じゃがいも 板こんにゃく 干し椎茸 きゅうり たまご トマト缶 三温糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 きゅうり だいこん にんじん 塩 三温糖 こいくちしょうゆ 酢 ごま油 一味唐辛子	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 塩 こしょう たまねぎ にんじん 板こんにゃく しめじ たまねぎ じゃがいも キャベツ セタ汁(乾) 丸鶏使用がらスープ 塩 こしょう 水	牛乳 バターパン 鶏肉 ガーリックパウダー 塩 こしょう たまねぎ にんじん 板こんにゃく 干し椎茸 きゅうり たまご トマト缶 三温糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 きゅうり ベーコン 料理酒 にんじん たまねぎ じゃがいも キャベツ セタ汁(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 トウパンジャン 絹揚げ にんじん たまねぎ 干し椎茸 なす ピーマン 三温糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 塩 ごま油
エネルギー 栄養価	716 kcal 2.0 g	753 kcal 3.1 g	720 kcal 1.6 g	693 kcal 1.6 g	751 kcal 1.6 g	717 kcal 2.2 g	785 kcal 3.0 g	728 kcal 2.1 g
日(曜)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)			
献立	牛乳 ごはん 夏野菜カレー ハワイアンサラダ	牛乳 ごはん 肉じゃが ひろしまドレみそトレモン ひろしま給食	牛乳 ごはん 豚しゃぶサラダ 冬瓜の中華スープ	牛乳 リッチパン トマトソーススパゲッティ 枝豆サラダ	牛乳 古代米ごはん あじフライ 更紗あえ ゆめまる汁 食育の日			
献立の材料	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 にんじん たまねぎ スッキーニ 絹揚げ かぼちゃ なす トマト缶 カレーウ トマトクチャップ ウスターソース こしょう 水 キャベツ きゅうり にんじん カットわかめ 中みそ 三温糖 酢 塩 こしょう	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚肉 料理酒 たまねぎ じゃがいも キャベツ にんじん マッシュルーム ピーマン きゅうり にんじん きゅうり 三温糖 酢 塩 こしょう 水 キャベツ きゅうり にんじん カットわかめ 中みそ 三温糖 酢 塩 こしょう	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 じゃがいも キャベツ にんじん マッシュルーム ピーマン きゅうり にんじん きゅうり 三温糖 酢 塩 こしょう 水 チキンハム きゅうり もやし にんじん 三温糖 こいくちしょうゆ ごま油	牛乳 リッチパン トマトソーススパゲッティ 枝豆サラダ 鶏肉 料理酒 おろしにんにく たまねぎ にんじん しめじ たまねぎ もやし きゅうり こいくちしょうゆ 三温糖 塩 ごま油 水 ツナ油漬け えだまめ キャベツ にんじん きゅうり なだん油 三温糖 酢 塩 こしょう	牛乳 精白米 玄米 黒米 赤米 学校給食用強化米 あじフライ 揚げ油 鶏糸卵 ピーマン にんじん もやし きゅうり たまご だし煮干し 中みそ 水 本練豆腐 油揚げ にんじん たまねぎ じゃがいも なす ねんぎ だし煮干し 中みそ 水			
エネルギー 栄養価	726 kcal 2.7 g	702 kcal 1.9 g	714 kcal 1.6 g	841 kcal 3.5 g	743 kcal 2.3 g			

五節句七夏の節句



7月7日は、五節句の一つである七夕です。七夕は、笹に願い事を書いた五色の短冊を飾り付け、技芸の上達を願う日です。

★給食では、七夕にちなんだ給食が登場します★

セタ汁

天の川をイメージした米粉めんを入れ、星型のにんじんと、星型のオクラを浮かべたセタ汁。



五色あえ

そして、5色の短冊にちなんで、青(緑)、赤、黄、白、黒(茶)の5つの色の食材を入れた和え物です。