



7月献立表



日付	曜日	献立名	おもに ち・に・く・ほねになるもの (あかいり)		おもに からだのちようしを ととのえるもの(みどりいろ)		おもに はたらくちからに なるもの(きいろ)		備考
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	水	なつやさいたっぷりチキンカレー(ごはん) 牛乳 フランクフルト ふくじんづけ	とりにく みそ ぶたにく	牛乳	にんじん かぼちゃ トマト	なす しょうが にんにく たまねぎ ズッキーニ ふくじんづけ(きゅうり だいこん うり なす れんこん)	ごはん	あぶら	
2	木	ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ だいずのごもくに ぶたじる	ちくわ だいず とりにく ぶたにく みそ	牛乳 あおのり こんぶ	にんじん さやいんげん	たまねぎ だいこん ごぼう ねぎ	ごはん こむぎこ さとう	あぶら	
3	金	ミルクロールパン 牛乳 メルルーサのガーリックやき アルファベツスープ フルーツあえ	メルルーサ とりにく	牛乳	にんじん たまねぎ セロリ にんにく レモン パイナップル もも りんご	ミルクロールパン マカロニ じゃがいも ゼリー(オレンジ・ はちみつレモン) さとう	オリーブあぶら オリーブあぶら		
6	月	ごはん 牛乳 てりやきハンバーグ こまつなのいためもの かぼちゃのみそしる	とりにく ぶたにく みそ	牛乳	こまつな かぼちゃ にんじん	たまねぎ もやし だいこん たまねぎ ねぎ	ごはん さとう てんぷん さとう	あぶら	
7	火	ひじきごはん 牛乳 ほしのコロッケ たなばたじる ヨーグルト	とりにく あぶらあげ とりにく ぶたにく かまぼこ とうふ	牛乳 ひじき ヨーグルト	にんじん みつば オクラ	とうもろこし たまねぎ えのきたけ たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも こむぎこ	あぶら	
8	水	ガパオライス 牛乳 ガイヤー トムヤムクンふうえびスープ ごはん 牛乳 さばのおろしソースかけ じゃがいものうまに ガットコーン あじつけのり	ぶたにく ぶたレバー とりにく えび	牛乳	ピーマン にんじん チンゲンサイ	たまねぎ にんにく しょうが にんにく しめじ だいこん たけのこ もやし	ごはん さとう さとう さとう	ごまあぶら ごま	アジパラ おうえんこんだて 応援献立 おうこく 「タイ王国」
9	木	ごはん 牛乳 さばのおろしソースかけ じゃがいものうまに ガットコーン あじつけのり	さば ぶたにく はんぺん	牛乳	にんじん さやいんげん	だいこん たまねぎ こんにゃく とうもろこし	ごはん さとう てんぷん じゃがいも さとう	あぶら	アジパラ おうえんこんだて 応援献立 おうこく 「タイ王国」
10	金	カレーうどん 牛乳 だいずのかわりあげ わらびもち	ぶたにく あぶらあげ とうふ とりにく きなこ	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん ブロッコリー	たまねぎ しめじ ねぎ たまねぎ とうもろこし	しらたまうどん でんぷん こむぎこ わらびもち さとう	あぶら	7月の 愛知の野菜 じゅうろく 「十六ささげ」 「なす」
13	月	しそごはん 牛乳 あげどりのねぎソース じゅうろくささげのごまいため とうがんじる	とりにく かまぼこ とりにく とうふ	牛乳	しそ じゅうろくささげ にんじん みつば	しょうが ねぎ もやし とうがん しいたけ	ごはん でんぷん こめこ さとう さとう でんぷん	あぶら ごま ごまあぶら	ぜんこくきょうりゅうりょう 全国郷土料理の日 おきなわけん 「沖縄県」
14	火	ごはん 牛乳 おこのみはんぺん きんぴらごぼう ぐだくさんじる れいとうおうとう	さかなすりみ ぶたにく とりにく あぶらあげ	牛乳	にんじん にんじん みずな	キャベツ とうもろこし ごぼう えだまめ だいこん たまねぎ たけのこ もも	ごはん さとう さとう	ごまあぶら	
15	水	ごはん 牛乳 しいらのたつたあげ にんじんしりしり もずくスープ	しいら たまご ぶたにく あつあげ	牛乳 もずく	にんじん みずな	たまねぎ たまねぎ えのきたけ	ごはん でんぷん さとう	あぶら ごまあぶら	
16	木	あいちのツイストパン 牛乳 とりにくのマーマレードやき ペネットマトソース カラフルゼリーあえ	とりにく とりにく	牛乳	にんじん トマト ほうれんそう	にんにく たまねぎ ナタデココ	あいちのツイストパン マーマレード さとう マカロニ さとう ゼリー(マスカット りんご ぶどう もも) さとう	オリーブあぶら	かみかみの日 「えだまめ」
17	金	ごはん 牛乳 スタミナどん えだまめ なつやさいのみそしる パイナップルコンポート	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	牛乳	ピーマン にんじん かぼちゃ	たまねぎ りんご しょうが にんにく えだまめ なす ねぎ パイナップル	ごはん さとう てんぷん さとう	あぶら	しよくいく ひ 食育の日 なつやさい あじ 「夏野菜を味わう こんだて 献立」

まいつき にち しよくいく ひ うち ひ
毎月19日は食育の日 “お家でごはんの日”



※物資購入の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
※令和8年度は、国及び県による給食費負担軽減交付金及び物価高騰対応
重点支援地方創生臨時交付金を活用し給食を無償化としております。



飲み物での上手な水分補給法

コップでこまめに!



衛生管理もしっかり!



スポーツドリンクも

