



きゅう しょく こん だて よ てい ひょう
給食献立予定表

2025. 小学校
さくら市喜連川給食センター

日付	こんだてめい	カロリー(kcal) たんぱく質(g) しつ(g) えんぶん(g)	おもなざいりよう					
			血や肉になる(赤)	体の調子をととのえる(緑)	力や熱のもとになる(黄)			
はやね・はやおき・朝ごはんを心がけましょ								
1 (火)	ごはん 牛乳 とりにくのみそやき ツナとほうれんそうのごまあえ とん汁	604 25.5 17 2.2	とりにく ぶたにく ツナ とうふ みそ	牛乳 牛乳 ひじき	ほうれんそう にんじん ねぎ ごぼう こんにゃく	もやし たいこん ごぼう こんにゃく	こめ じやがいも さとう	あぶら ごま さとう
2 (水)	ミルクパン 牛乳 たれつきにくだんご(2) ひじきとツナのいろどりナムル パンプキンポタージュ	669 27.2 21.1 2.9	とりにく ツナ	牛乳 ひじき	にんじん かぼちゃ パセリ	たまねぎ もやし きゅうり	パン さとう	あぶら ごま ドレッシング
3 (木)	ごはん 牛乳 やさいかきあげ (てんどんのたれ) しおこぶあえ ジャがいものみそ汁	669 18 21.2 2.3	あぶらあげ みそ	牛乳 こんぶ わかめ	にんじん	きゅうり たまねぎ ねぎ	こめ じやがいも	あぶら ごま ごまあぶら
4 (金)	ミルクパン 牛乳 スペインふうオムレツ ラタトウイユ ブラウンシチュー	634 24.7 20.1 3.1	ぶたにく たまご ベーコン	牛乳 こなチーズ	とまと にんじん プロッコリー ピーマン	たまねぎ なす ズッキーニ	パン じやがいも さとう	あぶら ごま さとう
7 (月)	わかめごはん 牛乳 ほしがたコロッケ (ソース) たんざくサラダ たなばた汁 たなばたデザート	653 18.3 16.6 3.8	とうふ	牛乳 わかめ	にんじん オクラ	きゅうり キャベツ ねぎ こんにゃく	こめ そうめん じやがいも	あぶら ドレッシング あぶら
8 (火)	ごはん 牛乳 あつやききたまご ちゅうかふうはるさめサラダ ジャがいもそぼろに	640 20.7 14.3 1.8	たまご ぶたにく ハム	牛乳	にんじん グリンピース	もやし たまねぎ きゅうり こんにゃく	こめ じやがいも はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら でんぶん
9 (水)	ミルクパン 牛乳 とりにくのチーズパン こやき プロッコリーとジャコのサラダ A B C スープ	627 25.6 26.4 2.7	とりにく ワインナー	牛乳 チーズ	プロッコリー にんじん こまつな	キャベツ きゅうり たまねぎ セロリ	パン じやがいも マカロニ パンこ	あぶら ドレッシング
10 (木)	ごはん 牛乳 なついやさいカレー ひじきとまめのサラダ はちみつレモンゼリー	692 17.1 15.9 2.3	ぶたにく ひよこまめ いんげんまめ	牛乳 ひじき	にんじん プロッコリー ピーマン とまと	なす きゅうり キャベツ ズッキーニ	こめ じやがいも ゼリー	あぶら ドレッシング
11 (金)	バターロールパン 牛乳 しろみさかなフライ (ソース) コーンサラダ ギョウザースープ	682 24.3 28 3	ホキ ぶたにく	牛乳	にんじん プロッコリー にら	きゅうり たまねぎ とうもろこし もやし ねぎ	パン	あぶら ドレッシング
14 (月)	ごはん 牛乳 こめこのはるまき マーボーなす わかめとたまごのスープ	644 17.7 22.8 1.9	ぶたにく たまご	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう ピーマン	たまねぎ たけのこ なす ねぎ	こめ さとう	あぶら ごまあぶら でんぶん
15 (火)	ごはん 牛乳 やきざかな (アジのスタミナづけ) くきわかめのごもくきんぴら キムチとん汁	561 19 14.4 2.3	アジ ぶたにく さつまあげ とうふ みそ	牛乳 くきわかめ	にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ	こめ じやがいも さとう	あぶら
16 (水)	ミルクパン 牛乳 ツナとワインナーのトマトスパゲッティ チーズはんぺんフライ かいそうサラダ パンナコッタ	672 22.3 23.8 2.7	はんぺん ワインナー	牛乳 かいそう チーズ	にんじん とまと バセリ	たまねぎ きゅうり こんにゃく とうもろこし	パン スパゲティ	あぶら ドレッシング
17 (木)	にしょくごはん (ごはん・たまごいりとりそぼろ・ごまあえ) 牛乳 とうにゅういりなつやさい汁	602 27.5 15.7 1.9	とりにく ぶたにく たまご みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん かぼちゃ	ズッキーニ ごぼう ねぎ もやし こんにゃく	こめ さとう	あぶら ごま
18 (金)	ナン 牛乳 オムレツ キーマカレー イタリアンサラダ せんたくデザート	628 22.4 16.3 3.4	ぶたにく ぎゅうにく たまご ツナ だいす	牛乳	にんじん とまと ピーマン	たまねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし	ナン	あぶら ドレッシング
デザート分の栄養価はふくまれていません。								

◆材料等の都合により献立が変更になる場合があります。 ※くわしくは喜連川給食センターへ TEL 028-686-2600

◆小学校一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー 650kcal、たんぱく質 24.4g、脂質 20.0g

◇今月の献立について

☆7月7日……「短冊サラダ」と「たなばた汁」に「星形コロッケのコロッケ」を組み合わせた「たなばた献立」です。

☆7月18日……せんたくデザートを予定しています。「ゼリー」「タルト」「ガトーショコラ」のなかからえらびましょう。

◇おしらせ

★7月18日の給食を最後に、喜連川給食センターからの給食提供が終了となります。

現在の喜連川給食センターは、平成12年3月から給食提供がはじまり、

現在は熟田小学校、喜連川小学校・喜連川中学校に給食提供しています。

給食についてご理解とご協力をいただきありがとうございました。

9月からはさくら市内全小中学校の給食が「さくら市学校給食センター」から提供となります。

新センターでの給食もよろしくお願ひします。



さくら市学校給食センター
マスコットキャラクター「さくらこ」