７月の給食予定献立表　令和８年熊野町

日	曜	一小	二小	三小	四小	熊中	東中	献立名	力や体温になる食品	血や肉・骨になる食品	体の調子を整える食品
1	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　牛肉とじゃがいもの煮物 茎わかめ入り和え物　牛乳	米　ごま じゃがいも 砂糖	牛肉　わかめ しらす　牛乳	玉ねぎ　にんじん キャベツ きゅうり
2	木	○	○	○	○	○	○	ご飯　ゴーヤチャンプル もずく汁　牛乳	米　ごま油 砂糖	豚肉　豆腐 かつお節　もずく かまぼこ　牛乳	ゴーヤ　玉ねぎ にんじん　青ねぎ
3	金	○	○	○	○	○	○	ご飯　親子煮 梅肉和え　牛乳	米　砂糖 油	鶏肉　卵 牛乳	玉ねぎ　にんじん コーン　きゅうり キャベツ　梅
6	月	○	○	○	○	○	○	ご飯　酢豚　春雨サラダ　牛乳	米　春雨 砂糖　ごま油 油	豚肉　牛乳	たけのこ　玉ねぎ ピーマン　コーン にんじん チンゲン菜
7	火	○	○	○	○	○	○	ご飯　鶏のからあげ コーンキャベツソテー 七夕たまごスープ　牛乳	米　片栗粉	鶏肉　卵 牛乳	キャベツ　コーン 玉ねぎ　オクラ にんじん
8	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　肉豆腐 切り干し大根とツナのサラダ 牛乳	米　砂糖 ごま油	豚肉　豆腐 ツナ　こんぶ 牛乳	青ねぎ　にんじん 玉ねぎ　大根 きゅうり
9	木	○	○	○	○	○	○	小型パン　焼きそば 更紗和え　牛乳	小型パン 焼きそば 油　砂糖	豚肉　牛乳	キャベツ　玉ねぎ にんじん　大根 小松菜　コーン パプリカ
10	金	○	○	○	○	○	○	豚ひき肉とにらのそぼろ丼 ひろしまっ子汁　牛乳 レモンゼリー	米　油 じゃがいも 砂糖	豚肉　しらす 牛乳	玉ねぎ　ニラ にんじん　白菜 青ねぎ　レモン
13	月	○	○	○	○	○	○	カレーライス ハワイアンサラダ 牛乳	米　油 砂糖 じゃがいも	豚肉　牛乳	にんじん　玉ねぎ きゅうり キャベツ パイン缶
14	火	○	○	○	○	○	○	ご飯　アジフライ れんこんきんぴら 豚汁　牛乳	米　ごま ごま油　砂糖	アジ　豚肉 油揚げ　豆腐 牛乳	れんこん　白菜 にんじん　ごぼう 大根　こんにゃく 青ねぎ　玉ねぎ
15	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　高野豆腐の卵とじ 海藻とアスパラガスのサラダ いりこ　牛乳	米　砂糖 じゃがいも	高野豆腐　わかめ 鶏肉　ちくわ 卵　ツナ　牛乳	いんげん アスパラガス キャベツ　玉ねぎ にんじん
16	木	○	○	○	○	○	○	ご飯　煮込みハンバーグ コンソメスープ　牛乳	米 じゃがいも	豚肉　ベーコン 牛乳	トマト　しめじ えのき　にんじん マッシュルーム キャベツ　玉ねぎ
17	金	○	○	○	○	○	○	三色そぼろ丼 野菜たっぷりみそ汁　牛乳	米　砂糖 油　じゃがいも	鶏肉　卵 油揚げ　牛乳	えだまめ　白菜 大根　小松菜 玉ねぎ　青ねぎ にんじん

	日	1	2	3	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	平均
小学校	熱量（kcal）	618	640	621	665	658	632	588	606	657	656	608	622	636	631
	蛋白（g）	18.2	23.6	27.7	17.4	31	25.4	21.9	23	18.4	22.1	25.4	21.6	25.6	23.2
	塩分（g）	2	1.5	2.1	1	2.1	1.4	2.1	2.3	3.5	1.9	1.5	2.7	2.2	2.0
	日	1	2	3	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	平均
中学校	熱量（kcal）	717	747	713	759	742	734	640	715	744	764	696	724	732	725
	蛋白（g）	20.5	27.1	30.9	19.8	34.5	29.3	23.9	27.1	20.8	26.2	28.6	25.5	29	26.4
	塩分（g）	2	1.5	2.1	1.1	2.1	1.4	2.1	2.4	3.2	1.9	1.5	3	2.4	2.1

※ ７月の給食費の引き落としは７月３１日(金）です。献立食材等は都合により変更することがあります。