



7月分学校給食予定献立表（小学校）



年 組：氏名

令和7年度

給食目標：楽しく食事をしよう

ふじみ野市なの花学校給食センター

ふじみ野市あおぞら学校給食センター

日	曜	飲み物	アレルギーの表示	献立名	食品名	エネルギーたんぱく質
1	火	牛乳		ごはん	ごはん	572 kcal 24.8 g
				とうがん汁	かつおぶし、出しこんぶ、とり肉、にんじん、しいたけ、とうふ、とうがん、しょうゆ、自然塩、でんぶん、卵、水菜、しょうが、ごま油	
				ぶた肉のしょうが焼き	米油、しょうが、ぶた肉、酒、玉ねぎ、にんじん、きび砂糖、みりん、しょうゆ、でんぶん	
				きゅうりとたくあんのカクヤ	きゅうり、たくあん（大根、砂糖、発酵調味料、塩、酢、梅酢）、ごま、ごま油、しょうゆ	
2	水	コーヒーストック牛乳		子供パン	子供パン（小麦粉、砂糖、ショートニング(大豆)、塩、小麦たんぱく、ビタミンC(小麦)）	603 kcal 17.9 g
				たっぷりコーンのスープ	米油、ベーコン（ぶた肉、塩、砂糖）、にんじん、玉ねぎ、とりガラ、しょうが、ローリエ、じゃがいも、ホールコーン、コーンペースト、きび砂糖、自然塩、白こしょう、パセリ	
				ふじみ野メンチカツ	ふじみ野市産小松菜入りメンチカツ（パン粉(小麦・大豆)、小麦粉、でんぶん、玉ねぎ、とり肉、ぶた肉、小松菜、しょうゆ、塩、胡椒、砂糖、生姜）、米油	
				ラタトゥイユ	オリーブ油、にんにく、ベーコン（ぶた肉、塩、砂糖）、玉ねぎ、なす、ズッキーニ、トマト、トマトケチャップ（トマト、砂糖、塩、酢、玉ねぎ）、ローリエ粉、バジル粉、きび砂糖、自然塩、ピーマン	
				クラスソース	ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんじん、にんにく、砂糖、酢、塩、しょうゆ、でんぶん(小麦)）	
				コーヒーストック牛乳	コーヒーストック牛乳（生乳、砂糖、コーヒーストック、乳製品）	
3	木	牛乳		ごはん	ごはん	604 kcal 21.1 g
				星のトックスープ	米油、とり肉、酒、にんじん、玉ねぎ、とりガラ、ローリエ、キャベツ、星型トック（米、でんぶん、塩）、しょうゆ、自然塩、白こしょう、ちんげん菜	
				ぶた肉のキムチ炒め	ごま油、にんにく、ぶた肉、酒、にんじん、玉ねぎ、しめじ、キムチ（白菜、大根、唐辛子、にんにく、にんじん、長ねぎ、生姜、塩、砂糖、昆布）、きび砂糖、しょうゆ、にら、でんぶん	
				くきわかめのサラダ（韓国ナムルドレッシング和え）	くきわかめ、もやし、きゅうり、にんじん、韓国ナムルドレッシング（酢、ごま油、砂糖、たん白加水分解物(大豆・とり肉・ぶた肉)、しょうゆ、塩、香味油、にんにく、ごま、昆布エキス、胡椒）	
4	金	飲むヨーグルト		麦ごはん	麦ごはん（米、米粒麦）	770 kcal 20.7 g
				ポークカレー	米油、にんにく、ぶた肉、白こしょう、マサラマイルド、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、とりガラ、しょうが、すりおろしりんご、トマトケチャップ（トマト、砂糖、塩、酢、玉ねぎ）、中濃ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、砂糖、酢、塩、でんぶん、大豆アミノ酸、カラメル）、パーモントルウ（小麦粉、ラード、砂糖、塩、カレーパウダー、でんぶん、玉ねぎ(大豆)、脱脂粉乳、トマト、チーズ、ミルクカルシウム、バナナ、しょうゆ、はちみつ、粉乳小麦粉ルウ(乳)、小麦発酵調味料、ソース、脱脂大豆、ココア、バターミルクパウダー、昆布エキス、りんご、にんにく(大豆)、ポークエキス(小麦・大豆)、ブラウンルウ(小麦)、カラメル、乳化剤(大豆)、香料(乳)、カレールウ（小麦粉、パーム油、塩、砂糖、カレー粉、乳製品、カカオマス、トマト、りんご、ミルクカルシウム）、しょうゆ、牛乳、プレーンヨーグルト、チーズ	
				フランクフルト	フランクフルト（ぶた肉、塩、砂糖）	
				キャベツの福神和え	キャベツ、にんじん、福神漬け（大根、なす、きゅうり、しその葉、生姜、砂糖、しょうゆ、酢、塩、発酵調味料、魚醤(かたくちいわし)）	
				飲むヨーグルト	飲むヨーグルト（砂糖、脱脂粉乳、加糖練乳、全粉乳、クリーム、乳たんぱく質濃縮物）	
7	月	牛乳		ホット中華めん	ホット中華めん（小麦粉、塩、かんすい）	656 kcal 25.3 g
				たなばたラーメンのスープ	米油、トウバンジャン（唐辛子、塩、そら豆みそ）、しょうが、ぶた肉、白こしょう、酒、にんじん、玉ねぎ、とりガラ、長ねぎ、ホールコーン、もやし、キャベツ、星ちらしかまぼこ（すけそうたら、かぼちゃ、でんぶん、砂糖、発酵調味料、塩、加工油脂）、きび砂糖、塩こうじ（米こうじ、塩）、自然塩、ごま油	
				星型ハンバーグ	星型ハンバーグ（とり肉、ぶた肉、玉ねぎ、大豆たんぱく、ラード、トマトケチャップ、砂糖、植物油脂、じゃがいも、にんにく、生姜、塩、でんぶん）、しょうゆ、きび砂糖、みりん、でんぶん	
				星型杏仁ミックス	星型杏仁どうふ（砂糖、人参汁、オレンジ果汁、大豆油、寒天、うんしゅうみかん果汁、乳製品、こんにゃく、乳化剤(大豆)）、みかん缶、さくらんぼカットゼリー（砂糖、さくらんぼ果汁）	
8	火	牛乳		ごはん	ごはん	653 kcal 18.7 g
				なす入りマーボーどうふ	米油、トウバンジャン（唐辛子、塩、そら豆みそ）、にんにく、しょうが、ぶた肉、酒、にんじん、とりガラ、玉ねぎ、ローリエ、しいたけ、とうふ（豆乳、でんぶん）、白菜、なす、きび砂糖、テンメンジャン（みそ、砂糖、大豆油、ごま油、発酵調味料、酒、カラメル）、みそ、しょうゆ、自然塩、黒こしょう、長ねぎ、でんぶん	
				揚げぎょうざ（2）	ぎょうざ（キャベツ、ぶた肉、ラード、たまねぎ、大豆たんぱく、にら、しょうゆ、にんにく、でんぶん、ごま油、塩、砂糖、生姜、いわしエキス、胡椒、小麦粉）、米油	
				切り干し大根のごま塩サラダ（塩中華ドレッシング和え）	切り干し大根、きゅうり、にんじん、ごま、塩中華ドレッシング（水あめ、砂糖、酢、植物油脂、塩、発酵調味料、にんにく、昆布エキス、こしょう）	
9	水	牛乳		子供パン	子供パン（小麦粉、砂糖、ショートニング(大豆)、塩、小麦たんぱく、ビタミンC(小麦)）	573 kcal 25.9 g
				ABCスープ	米油、にんにく、セロリ、ベーコン（ぶた肉、塩、砂糖）、とり肉、白ワイン、にんじん、玉ねぎ、とりガラ、ローリエ、じゃがいも、トマト、大豆、マカロニ（小麦粉）、自然塩、しょうゆ、白こしょう、パセリ	
				フィレオチキン	フィレオチキン（とり肉、でんぶん(小麦・大豆)、コーンフラワー、小麦粉、コーングリッツ、パン粉、塩、砂糖、大豆油、パーム油）	
				バリバリサラダ（イタリアンドレッシング和え）	キャベツ、にんじん、きゅうり、揚げめん（小麦粉、植物油脂、塩、かんすい、でんぶん）、イタリアンドレッシング（植物油脂、砂糖、酢、塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味油、トマト）	
10	木	牛乳		ごはん	ごはん	623 kcal 23.2 g
				とり肉と野菜のフォー	米油、しょうが、とり肉、白ワイン、にんじん、玉ねぎ、とりガラ、もやし、米粉めん（米、でんぶん）、しょうゆ、自然塩、白こしょう、長ねぎ、水菜、ごま油	
				オムレツのソースかけ	プレーンオムレツ（卵、でんぶん、砂糖、大豆油、塩、酢）、中濃ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、砂糖、酢、塩、でんぶん、大豆アミノ酸、カラメル）、トマトケチャップ（トマト、砂糖、塩、酢、玉ねぎ）、きび砂糖	
11	金	牛乳		ごはん	ごはん	600 kcal 23.0 g
				五目ワントンスープ	米油、ぶた肉、にんじん、とりガラ、玉ねぎ、長ねぎ、しょうが、たけのこ、もやし、なると（すけそうたら、いとよりだい、でんぶん、塩、砂糖）、ワントンの皮（小麦粉、塩）、しょうゆ、自然塩、黒こしょう、ちんげん菜、ごま油	
				いかのレモンソースかけ	いか、しょうが、酒、でんぶん、米油、しょうゆ、きび砂糖、みりん、レモン果汁	
				キムタクチャーハンの具	ごま油、ぶた肉、にんじん、キムチ（白菜、大根、唐辛子、にんにく、にんじん、長ねぎ、生姜、塩、砂糖、昆布）、たくあん（大根、砂糖、発酵調味料、塩、酢、梅酢）、しょうゆ、テンメンジャン（みそ、砂糖、大豆油、ごま油、発酵調味料、酒、カラメル）、万能ねぎ	
14	月	牛乳		地粉うどん	地粉うどん（小麦粉、塩）	655 kcal 24.7 g
				とりなばらうどんの汁	かつおぶし、出しこんぶ、とり肉、酒、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、油揚げ、みりん、しょうゆ、自然塩、七味唐辛子（唐辛子、陳皮、ごま、青のり、麻の実、けしの実、山椒）、長ねぎ、小松菜	
				ちくわのいそべ揚げ	焼きちくわ（すけそうたら、ひいらぎ、たちうお、いとよりだい、ホワイトスナッパー、ボニーフィッシュ、さんま、でんぶん、植物油、砂糖、小麦たんぱく、大豆たんぱく、塩、みりん）、小麦粉、青のり、自然塩、米油	
				小玉すいか	小玉すいか	
15	火	牛乳		ごはん	ごはん	620 kcal 23.7 g
				おふのみそ汁	かつおぶし、出しこんぶ、にんじん、大根、玉ふ（小麦粉、小麦たんぱく、白玉粉）、わかめ、みそ、長ねぎ	
				たちうおのフライ	たちうおのフライ（たちうお、パン粉(小麦・大豆)、小麦粉、塩）、米油	
				ゴーヤチャンプルー	ごま油、ぶた肉、酒、にんじん、にがうり、米酢、とうふ、もやし、しょうゆ、自然塩、きび砂糖、いり卵（卵、植物油脂、塩、でんぶん、着色料(大豆)）、けずりぶし	
				クラスソース	ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんじん、にんにく、砂糖、酢、塩、しょうゆ、でんぶん(小麦)）	
16	水	牛乳		ナン	ナン（小麦粉、大豆油、菜種油、ショートニング、砂糖、塩、ほたて貝殻未焼成カルシウム、麦芽）	593 kcal 29.5 g
				トマトとレタスのスープ	米油、とり肉、ベーコン（ぶた肉、塩、砂糖）、にんじん、玉ねぎ、とりガラ、ローリエ、自然塩、トマト、レタス、白こしょう、パセリ	
				ポロニアステーキ	ポロニアステーキ（とり肉、ラード、ぶた肉、でんぶん、発酵調味料、砂糖、塩）	
				ドライカレー	米油、にんにく、しょうが、ぶた肉、赤ワイン、玉ねぎ、にんじん、カレー粉、小麦粉、ウスターソース（砂糖、りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、酢、塩、大豆アミノ酸、カラメル）、中濃ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、砂糖、酢、塩、でんぶん、大豆アミノ酸、カラメル）、しょうゆ、自然塩、白こしょう、えだ豆	
				ヨーグルト	ヨーグルト（砂糖、加糖練乳、脱脂粉乳、全粉乳、クリーム、乳たんぱく質濃縮物、寒天）	

12 回	※ 献立は材料の関係で変更になる場合もあります。 ※ 混ぜごはんの時の米の量は減量となっています。 ※ 各献立のくわしい使用材料等（工場コンタミネーション、製造ラインコンタミネーションを含む）が知りたい方は、学校給食センターまでお問い合わせ下さい。（なの花学校給食センター☎049-262-4357）（あおぞら学校給食センター☎049-261-5564） ※ 印は、使い捨て手袋を使用して下さい。 ※ の絵印は、給食センターで炊いた炊き込みご飯です。 ※ 氏名欄およびアレルギー児童用の○×欄は、食物アレルギー資料の提供を受けている児童用です。	平均栄養量	627 kcal 23.2 g
		栄養基準量	650 kcal 26.0 g

学校給食費（7月分） 口座振替日は **9月1日(月)** です。☆給食費はすべて食材費です。ご理解ご協力をお願いします。