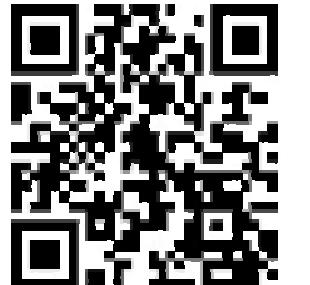


7月 予定献立表

高浜町教育委員会

今日の地場産食材(福井県産)	1日(火)	2日(水) ツナサンド	3日(木)	4日(金)
米 麦 打ち豆 大豆 にぼし さば まだい とびうお 梅干し しいたけ ミニトマト じゃがいも たまねぎ 名田庄漬	<p>切干の 梅おかあえ さばの ごまだれ焼き</p> <p>たこめし 冬瓜スープ</p>	<p>冷凍みかん ツナサンド の具 食パン</p> <p>野菜のコンソメスープ</p>	<p>ビーフンサラダ ハムカツ</p> <p>ごはん 大豆のミートソース煮</p>	<p>カレーソテー 鶏肉の香味焼き</p> <p>麦ごはん 切干のみそ汁</p>
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木) ビビンバ	11日(金)
<p>七タゼリー こまツナ サラダ コーンピラフ</p> <p>七タうどん</p>	<p>高浜産 ミニトマト キャベツと ウインナーのソテー</p> <p>ごはん なすとじゃがいもの カレーそぼろ</p>	<p>キャベツの 漬物あえ 鶏肉の マーマレード焼き</p> <p>麦ごはん 小松菜のみそ汁</p>	<p>ナムル 肉炒め</p> <p>ごはん 中華スープ</p>	<p>ほうれん草と 米かまのおひたし まだい フライ</p> <p>麦ごはん かぼちゃのみそ汁</p>
歯(は)ッピー 給食の日 14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
<p>ももゼリー ブロックリーの ごまドレあえ キムタク ごはん</p> <p>うち豆と野菜のスープ</p>	<p>一食 ケチャップ ほうれん草と ウインナーのソテー ピーマンの 肉詰め</p> <p>ごはん マカロニスープ</p>	<p>キャベツの ごママヨネーズあえ 麦ごはん</p> <p>米粉のハヤシライス</p>	<p>こまツナの 炒め物 鶏肉とねぎの 炒り煮</p> <p>ごはん 冬瓜入りけんちん汁</p>	<p>鉄たっぷり 給食の日 ひじき ふりかけ パスタサラダ ゴーヤ入り青のり ポテトビーンズ</p> <p>麦ごはん トマトの中華スープ</p>
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	
海の日	<p>切干と小松菜の ごまあえ 鶏肉の から揚げ</p> <p>ごはん わかめとたまねぎ のみそ汁</p>	<p>味付け のり 春雨の 酢の物 とびうおの パン粉焼き</p> <p>麦ごはん 麦とろめんの すまし汁</p>	<p>フルーツ 白玉</p> <p>ごはん 米粉の夏野菜カレー</p>	

※高浜町学校給食センターでは、X(旧Twitter)に毎日の給食写真や食物アレルギー対応食写真を投稿しています。

※給食に関するお問い合わせは、給食センターでも承っております。

QRコード

令和7年 7月献立材料表①

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのものになる食品	おもに体の調子を整える食品	
1 火	たこめし	たこ	米 麦	しょうが えだまめ	692kcal 34.1g 21.0g 98.5g 3.3g
	さばのごまだれ焼き	さば	片栗粉 さとう ごま		
	切干の梅おかかあえ	糸かつお	さとう	切干大根 もやし きゅうり 梅肉	
	冬瓜スープ	チキンハム(卵なし)		冬瓜 小松菜 たまねぎ にんじん	
	牛乳	牛乳			
2 水	食パン	乳	小麦粉 マーガリン(卵なし) さとう		682kcal 27.9g 27.6g 85.4g 3.2g
	(代替:麦コッペ)		小麦粉 黒糖		
	ツナサンドの具	ツナフレーク	ノンエッグ マヨネーズ	キャベツ きゅうり	
	野菜のコンソメスープ	チキンハム(卵なし)	じゃがいも	たまねぎ コーン 小松菜 にんじん	
	冷凍みかん			みかん	
	牛乳	牛乳			
3 木	ごはん		米		865kcal 30.9g 29.0g 146.1g 2.2g
	大豆のミートソース煮	豚ひき肉 大豆	じゃがいも 米油 米粉	たまねぎ ピーマン しいたけ にんにく	
	ハムカツ	チキンハム(卵なし)	米油 片栗粉 米粉		
	ビーフンサラダ	ツナフレーク	ビーフン 米油 さとう	もやし きゅうり	
	牛乳	牛乳			
4 金	麦ごはん		米 麦		754kcal 31.4g 23.4g 110.6g 2.7g
	鶏肉の香味焼き	鶏肉	片栗粉	しょうが にんにく	
	カレーソテー		米油	キャベツ にんじん ピーマン	
	切干のみぞ汁	油揚げ みそ	じゃがいも	切干大根 小松菜 にんじん	
	牛乳	牛乳			
7 月	コーンピラフ	鶏肉	米 米油	たまねぎ にんじん コーン ピーマン	658kcal 24.5g 15.2g 109.8g 2.9g
	こまツナサラダ	ツナフレーク	米油 さとう	小松菜 キャベツ きゅうり	
	七夕うどん	豆腐 なると(卵なし)	お米のうどん	オクラ しいたけ	
	七夕ゼリー	寒天	さとう 水あめ		
	牛乳	牛乳			
8 火	ごはん		米		762kcal 25.5g 19.5g 141.8g 1.8g
	なすとじゃがいものカレーそぼろ	豚ひき肉	じゃがいも こんにゃく 米油 さとう	なす たまねぎ にんじん ピーマン しょうが	
	キャベツとインナーのソテー	インナー(卵なし)	こめ油	キャベツ にんじん	
	高浜産ミニトマト			ミニトマト	
	牛乳	牛乳			
9 水	麦ごはん		米 麦		714kcal 31.1g 21.9g 104.1g 2.4g
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉		マーマレード しょうが にんにく	
	キャベツの漬け物あえ			キャベツ きゅうり 名田庄漬け	
	小松菜のみぞ汁	豆腐 みそ		小松菜 たまねぎ にんじん えのき	
	牛乳	牛乳			
10 木	ビビンバ				697kcal 30.5g 21.8g 99.6g 3.0g
	ごはん		米		
	肉炒め	牛肉 みそ	米油 さとう	ねぎ にんにく	
	ナムル	錦糸卵	ごま ごま油	小松菜 もやし にんじん	
	中華スープ	豆腐		ほうれんそう コーン にんじん えのき	
	牛乳				
11 金	麦ごはん		米 麦		743kcal 28.6g 28.6g 107.0g 2.1g
	まだいフライ	まだい	米油 小麦粉 片栗粉		
	ほうれん草と米かまのおひたし	米粉かまぼこ(卵なし) 糸かつお	さとう	ほうれんそう キャベツ	
	かぼちゃのみぞ汁	油揚げ みそ		かぼちゃ にんじん たまねぎ えのき ねぎ	
	牛乳	牛乳			

令和7年 7月献立材料表②

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
14 月	キムタクご飯	豚肉	米 麦 こめ油 ごま油 ごま	白菜キムチ ねぎ にんじん 名田庄漬け	667kcal 26.7g 16.5g 110.7g 3.0g
	ブロッコリーのごまドレあえ	ちりめんじやこ	こめ油 さとう ごま	ブロッコリー キャベツ コーン	
	うち豆と野菜のスープ	うち豆		たまねぎ にんじん えのき チンゲン菜	
	ももゼリー		さとう	もも果汁	
	牛乳	牛乳			
15 火	ごはん		米		685kcal 24.8g 19.9g 105.7g 2.5g
	ピーマンの肉詰め(一食ケチャップ)	牛肉 豚肉	小麦粉 パン粉 さとう	ピーマン たまねぎ	
	ほうれんそうとウインナーのソテー	ウインナー(乳卵なし)	米油	ほうれんそう もやし コーン	
	マカロニスープ	ベーコン(乳卵なし)	マカロニ	キャベツ たまねぎ にんじん 小松菜	
16 水	牛乳	牛乳			
	米粉のハヤシライス				755kcal 28.5g 24.3g 129.1g 2.0g
	麦ごはん		米 麦		
	ハヤシルウ	牛肉 赤みそ	米油 マーガリン(乳なし) さとう 米粉	たまねぎ にんじん しいたけ にんにく	
	キャベツのごまマヨネーズあえ	チキンハム(乳卵なし)	ソース マヨネーズ ごま	キャベツ ほうれんそう	
17 木	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		679kcal 32.6g 15.9g 111.8g 2.5g
	鶏肉とねぎの炒り煮	鶏肉 白ちくわ(乳卵なし)	さとう 片栗粉	ねぎ	
	こまツナの炒め物	ツナフレーク	米油	小松菜 キャベツ	
	冬瓜入りけんちん汁	油揚げ	じゃがいも こんにゃく ごま油	とうがん にんじん ねぎ	
18 金	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		728kcal 24.0g 22.3g 117.0g 2.7g
	ゴーヤ入り青のりポテトビーンズ	大豆 あおのり	片栗粉 じゃがいも 米油	ゴーヤ	
	パスタサラダ	チーズ チキンハム(乳卵なし)	マカロニ こめ油 さとう	キャベツ にんじん	
	トマトの中華スープ	豆腐		トマト たまねぎ 小松菜 しいたけ	
	ひじきふりかけ	ひじき かつおぶし	さとう ごま	しそ	
22 火	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		753kcal 33.2g 23.5g 107.9g 2.6g
	鶏肉のから揚げ	鶏肉	片栗粉 米粉 こめ油	しょうが にんにく	
	切干と小松菜のごまあえ	ツナフレーク	ごま さとう	切干大根 小松菜	
	わかめとたまねぎのみそ汁	豆腐 わかめ みそ		たまねぎ にんじん	
23 水	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		756kcal 35.2g 19.8g 114.2g 3.0g
	とびうおのパン粉焼き	とびうお	ソース マヨネーズ パン粉 オリーブ油	パセリ	
	春雨の酢の物	チキンハム(乳卵なし)	春雨 さとう	きゅうり	
	麦とろめんのすまし汁	豆腐 米粉かまぼこ(乳卵なし)	麦とろめん	にんじん しいたけ ねぎ	
	味付けのり	のり			
24 木	牛乳	牛乳			
	夏野菜のカレーライス				807kcal 25.5g 16.1g 147.1g 2.5g
	ごはん		米		
	カレールウ	鶏肉 豆乳	マーガリン(乳なし) 米粉	かぼちゃ 人参 たまねぎ ピーマン なす しょうが にんにく りんご レタス	
	フルーツ白玉		白玉団子 さとう	黄桃 みかん	
	牛乳	牛乳			