



令和6年7月 学校給食予定献立表

古河市立古河第一小学校

日	 こんだてめい	おもなざいりょうめい			エネルギーたんぱく質食塩
		おもにエネルギーのもとになる	おもにからだをつくるもとになる	おもにからだのちようしきをとのえるもとになる	
1 (月)	ぶたにくどん 牛乳	ごはん しらたき さとう	牛乳 ぶたにく	しょうが たまねぎ	627
	ごもくまめ	こんにやく さとう	だいず ちくわ こんぶ	にんじん	27.1
	かきたまじる	こむぎこ てんぷん	たまご	にんじん たまねぎ しめじ みつば	2.6
2 (火)	とりなんばんうどん 牛乳	ソフトめん てんぷん あぶら	牛乳 とりにく なんと あぶらあげ	ねぶかねぎ こまつな にんじん しいたけ	596
	ちくわのにしょくてんぷら(あおのり・カレー)	てんぷらこ あぶら	ちくわ あおさ		24.3
	キャベツともやしのごまあえ	ごま さとう		キャベツ きゅうり もやし	2.8
3 (水)	ごはん 牛乳 ぶたにくのパーベキューソース	ごはん さとう	牛乳 ぶたにく	にんにく しょうが たまねぎ りんご	645
	じゃがいものどさに	じゃがいも さとう	かつおぶし		25.0
	だいこんのみそしる		あぶらあげ	だいこん にんじん こまつな ねぶかねぎ	2.1
4 (木)	ごはん 牛乳 しろみざかなのフライ	ごはん パンこ こむぎこ あぶら	牛乳 ほき		693
	ぶたにくとやさいのちゅうかいため	てんぷん あぶら	ぶたにく	たけのこ ピーマン にんにく しょうが	27.4
	はるさめスープ	あぶら はるさめ	ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ	2.2
5 (金)	こくとうパン 牛乳 ハンバーグデミグラスソース	パン こくとう さとう	牛乳 とりにく ぶたにく だいず	たまねぎ	689
	かいそうサラダ	こんにやく さとう あぶら	わかめ つのまた	きゅうり	24.7
	スープパスタ たなばたゼリー	あぶら マカロニ さとう	牛乳 とりにく	たまねぎ とうもろこし ナタデココ	2.9
8 (月)	ごはん 牛乳 にくシューマイ1・2年①、3~6年・職員②	ごはん こむぎこ さとう	牛乳 とりにく ぶたにく だいず さかなのすりみ たまご かに えび	たまねぎ	771
	マーボーどうふ	さとう ごまあぶら てんぷん	ぶたにく どうふ だいず	しょうが にんにく ねぶかねぎ にんじん しいたけ にら	30.0
	もやしのちゅうかあえ	さとう あぶら		もやし キャベツ にんじん	2.8
9 (火)	スパゲッティミートソース 牛乳	スパゲッティ あぶら さとう	牛乳 ぶたにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん なす	685
	きびなごフライ児童②、職員③	さとう こめこ じゃがいも あぶら てんぷん	きびなご	しょうが	29.4
	イタリアンサラダ	あぶら さとう		キャベツ きゅうり たまねぎ	2.3
10 (水)	ごはん 牛乳 さばのカレーやき	ごはん	牛乳 さば	しょうが にんにく	627
	じゃがいものにも	じゃがいも さとう あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ	22.6
	すましじる	こむぎこ	わかめ	にんじん ねぶかねぎ しめじ	1.9
11 (木)	ビビンバ 牛乳	ごはん さとう あぶら ごまあぶら ごま	牛乳 とりにく だいず	にんにく しょうが もやし こまつな にんじん	630
	ワンタンスープ	あぶら こむぎこ てんぷん	わかめ たまご ぶたにく	にんじん もやし キャベツ ねぶかねぎ たまねぎ しょうが	28.4
	カップヨーグルト	さとう	だっしふんにゆう		2.4
12 (金)	ミルクパン 牛乳 メンチカツ	パン さとう こむぎこ パンこ あぶら	だっしふんにゆう 牛乳 とりにく だいず ぶたにく	たまねぎ	687
	だいこんとみずなのサラダ	さとう あぶら	わかめ	だいこん みずな きゅうり	23.8
	ミネストローネスープ	じゃがいも オリーブオイル マカロニ	ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ セロリー にんにく トマト	2.9
15 (月)	 うみ ひ 海の日				
16 (火)	しょうゆラーメン 牛乳	ソフトめん あぶら	牛乳 ぶたにく なんと	しょうが にんにく にんじん もやし ねぶかねぎ たけのこ	606
	はるまき	こむぎこ あぶら はるさめ さとう	ぶたにく だいず えび	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ	23.5
	あおなのオイスターソースいため	ごまあぶら	ぶたにく	こまつな たまねぎ にんじん にんにく	2.9
17 (水)	なつやさいのカレーライス 牛乳	むぎごはん あぶら	牛乳 ぶたにく	にんにく しょうが かぼちゃ ズッキーニ えだまめ なす トマト たまねぎ りんご にんじん	696
	コールスローサラダ	さとう あぶら		キャベツ にんじん とうもろこし	19.6
	フルーツヨーグルトあえ	さとう	ヨーグルト なまクリーム	パイナップル みかん もも	2.0
18 (木)	ごはん はっこうにゆう とりにくのヤンニョムソース	ごはん さとう てんぷん あぶら	だっしふんにゆう とりにく	マスカット しょうが ねぶかねぎ	645
	ぶたにくとはるさめのいためもの	さとう ごま あぶら はるさめ	ぶたにく	しょうが にんにく にんじん たけのこ こまつな もやし	24.8
	ちゅうかコーンスープ	てんぷん ごまあぶら	たまご	たまねぎ とうもろこし	2.3
19 (金)	シュガートースト 牛乳	パン バター さとう	牛乳		590
	ミートボール児童②、職員③	パンこ あぶら さとう こむぎこ てんぷん	とりにく ぶたにく だいず たまご	たまねぎ	21.2
	チンゲンサイのクリームスープ	あぶら	牛乳 なまクリーム とりにく	チンゲンサイ たまねぎ とうもろこし にんじん	2.9

*物資の都合により献立の内容が変更になることがあります。使用量の少ない食品は、材料名に記載されていません。詳細な内容が必要な場合は、お問い合わせください。