



令和6年7、8月給食予定献立表



綾小学校

日 (曜)	こんだて	黄の食品 エネルギーのもと	赤の食品 体をつくる	緑の食品 体の調子をとのえる	調味料その他
1 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	マーボー豆腐	あぶら さとう でんぷん	豆腐 ぶたにく だいずミート	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ	しょうゆ みりん とうばんじゃん
	しゅうまい, そえブロッコリー	ごまあぶら	みそ ポークシューマイ	ながねぎ しょうが ブロッコリー	しょうゆ
2 (火)	しよくパン, りんごジャム	しよくパン りんごジャム			
	モロヘイヤのたまごスープ	でんぷん	豆腐 たまご	モロヘイヤ こまつな えのきたけ にんじん	ガラスープ しょうゆ しお こしょう
	とりにくとゴーヤのあげに	じゃがいも でんぷん あげあぶら さとう はちみつ ごま	とりにく	ゴーヤ	しお こしょう す しょうゆ みりん
3 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	カレーうどん	うどん	ぶたにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん しいたけ こまつな	カレールウ カレーこ しょうゆ しお にぼし
	かいそうサラダ	ごま さとう ごまあぶら	かいそうミックス かまぼこ	キャベツ きゅうりにんじん	す しょうゆ
4 (木)	むぎごはん	こめ むぎ			
	とうがんのみそしる	じゃがいも	あつあげ わかめ みそ	とうがん ねぎ にんじん	にぼし
	やきにく	さとう あぶら ごまあぶら	ぶたにく	キャベツ ピーマン たまねぎ エリンギ にんにく しょうが	みりん しょうゆ
5 (金)	キラキラずし	こめ さとう ごま	とりにく あぶらあげ たまご	にんじん しいたけ ごぼう あおまめ	さけ す しお しょうゆ みりん
	たなばたじる		豆腐 うおそうめん わかめ	にんじん えのきたけ オクラ	だしこんぶ かつおぶし さけ しょうゆ
	さばごまみそに, そえきゅうり たなばたゼリー	たなばたゼリー(レモンゼリー&ぶどうゼリー)	さばごまみそに	きゅうり	しお
8 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	キムチーズにくじゃが	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく あぶらあげ チーズ	はくさいキムチ にんじん たまねぎ	しょうゆ みりん
	やさいのカリカリうめあえ	ごま ごまあぶら	まぐろみずに	きゅうり キャベツ にんじん カリカリうめ	
9 (火)	こくとうパン	こくとうパン			
	しおやきそば	ちゅうかめん ごまあぶら あぶら	ぶたにく かまぼこ	たまねぎ にんじん こまつな もやし ピーマン	しお こしょう
	だいずとごぼうとこぎかなのあげに	こめこ あげあぶら さとう ごま	だいず にぼしかえり	しめじ レモンじる にんにく ごぼう	しょうゆ
10 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	はるさめスープ	はるさめ じゃがいも	ベーコン 豆腐	しいたけ にんじん こまつな	ガラスープ しょうゆ さけ
	にこみハンバーグ, そえキャベツ	さとう	ハンバーグ	キャベツ	ケチャップ デミグラスソース ウスターソース ワイン しお
11 (木)	むぎごはん	こめ むぎ			
	かぼちゃのみそしる		豆腐 あぶらあげ わかめ みそ	かぼちゃ たまねぎ なら	にぼし
	さかなのかわりあげ, ミニトマト	こめこ さとう パンこ あげあぶら	タラ	ミニトマト	ウスターソース
12 (金)	むぎごはん	こめ むぎ			
	もずくスープ	こんにやくかんてん でんぷん	もずく かまぼこ	にんじん えのきたけ オクラ	にぼし しょうゆ
	ゴーヤチャンプルー デザート	あぶら さとう ごまあぶら シークワサーゼリー	ぶたにく 豆腐 たまご かつおぶし	ゴーヤ にんじん	しょうゆ さけ しお こしょう
16 (火)	毎月16日は、「ひむかの日」です。地産地消の食べ物を多く取り入れようという日です。綾町の食材いっぱいの献立です!				
	ひむかどん	こめ むぎ			
	みやざきやさいのすのもの れいとうみかん	あぶら さとう ごまあぶら さとう ごま ごまあぶら	あやぶどうぶた まぐろみずに ちりめん	せんぎりだいこん にんじん たまねぎ ごぼう たけのこ カラーピーマン しいたけ にんにく しょうが キャベツ きゅうりにんじん あおしそ みかん	さけ オイスターソース しょうゆ みりん す しょうゆ
17 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ごじる	さといも	あぶらあげ 豆腐 みそ	ごぼう にんじん ねぎ	にぼし
	いわしのかばやき, そえきゅうり	さとう ごま あげあぶら	いわしひらき しおこんぶ	きゅうり	しょうゆ みりん さけ
18 (木)	なつやさいかレー	こめ むぎ			
	フルーツカクテル	あぶら	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん かぼちゃ なす ゴーヤ ごぼう りんご にんにく	カレールウ デミグラスソース しょうゆ こしょう ガラスープ しお
	カクテルゼリー	カクテルゼリー		バナナ パイン みかん りんご	
19 (金)	1学期 終業式				
8/26 (月)	2学期 始業式				
27 (火)	せわりコッペパン	せわりコッペパン			
	ドライカレー	パンこ あぶら	ぶたにく だいずミート	にんじん たまねぎ エリンギ ピーマン せんぎりだいこん にんにく	カレールウ カレーこ ケチャップ しょうゆ ウスターソース ワイン しお こしょう
	あやかちゃんフルーツジュレ	あやかちゃんジュース アセロラゼリー		すいか みかん パイン もも	
28 (水)	ぶたどん	こめ むぎ			
	なすのみそしる	あぶら さとう	ぶたにく かまぼこ	たまねぎ にんじん しいたけ こまつな にんにく	しょうゆ さけ みりん しお
			あつあげ わかめ みそ	なす たまねぎ にんじん ねぎ	にぼし
29 (木)	なめし	こめ むぎ			
	コーンかきたまじる	じゃがいも でんぷん	たまご 豆腐	だいこんば コーン にんじん えのきたけ ねぎ	にぼし しお しょうゆ さけ
	さかなのレモンに	こめこ あげあぶら さとう	さわら	ピーマン あかピーマン たまねぎ きゅうり レモンじる	しお こしょう しょうゆ す
30 (金)	むぎごはん, ふりかけ	こめ むぎ			
	とうがんのそばろに	さとう	とりにく だいずミート	とうがん しょうが たまねぎ にんじん しいたけ こんにやく あおまめ	さけばつば しょうゆ みりん
	いろどりあえ	ごま ノンエッグマヨネーズ	わかめ かまぼこ	きゅうり こまつな にんじん	しょうゆ

給食日数 7月...13日(米飯11日 パン2日) 8月...4日(米飯3日 パン1日)

今月の綾町の食材:米、かぼちゃ、ごぼう、じゃがいも、ピーマン、なす、オクラ、モロヘイヤ、キャベツ、小松菜、きゅうり、なら、綾ぶどう豚、しめじ、エリンギ、こんにやく