



7月の予定献立表

改修工事前の給食室で作る食べたいメニューの
リクエスト投票を6月に行いました。
豊川小リクエストメニューとして提供します。



令和8年度

北区立豊川小学校

日付	曜日	こんだてめい	おもなざいりょう(3しょくしょくひんぐん(あか・き・みどり)のぶるい)			えいようか	
			ちやにくになる(あか)	ねつやちからのもとになる(き)	からだのちょうしをととのえる(みどり)	エネルギー (Kcal)	たんぱくしつ (g)
1	水	ごはん ぎゅうにゅう さばのごまみそやき	ぎゅうにゅう さば	こめ さとう しるごま	しょうが	568	24.8
		かわりきんぴら		じゃがいも あぶら さとう	ごぼう にんじん さやいんげん		
		すましじる	とうふ わかめ		にんじん えのきだけ こまつな ねぎ		
2	木	みそにこみうどん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ	うどん いとこんにやく	にんじん だいこん ねぎ	565	21.6
		かぼちやのむしパン	スキムミルク	さとう あぶら こむぎこ パーキングパウダー	かぼちや		
		しおこんぶのつけもの	しおこんぶ		きゅうり キャベツ		
3	金	あげパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ミルクパン さとう あぶら		587	20.8
		まめとじゃこのサラダ	だいず じゃこ	あぶら さとう	キャベツ にんじん たまねぎ		
		にんじんのポタージュース	とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	あぶら じゃがいも こむぎこ パター	たまねぎ にんじん パセリ		
6	月	ハヤシライス しるぶどう&ほうれんそうジュース	ぶたにく なまクリーム	こめ パター あぶら デミグラスソース さとう こむぎこ パター	パセリ にんにく セロリ たまねぎ マッシュルーム トマト しるぶどう&ほうれんそうジュース	613	14.9
		こふきいも	あおのり	じゃがいも			
		パリパリサラダ		ワンタンかわ あぶら さとう	キャベツ にんじん コーン たまねぎ しょうが		
7	火	さけのまぜずし ぎゅうにゅう ゆでとうもろこし	ぎゅうにゅう あぶらあげ さけ のり	こめ さとう	ほししいたけ にんじん さやいんげん とうもろこし	625	25.7
		たなばたそうめんじる	とりにく かまぼこ とうふ	そうめん	にんじん オクラ ねぎ		
		たなばたゼリー	こなかんでん カルピス	さとう	りんごジュース ぶどうジュース ナタデココ		
8	水	クリームスパゲティ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく チーズ なまクリーム	スパゲティ あぶら パター こむぎこ	たまねぎ にんじん マッシュルーム ズッキーニ	700	25
		さっぱりサラダ		オリーブゆ さとう	キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ		
		チーズケーキ	クリームチーズ なまクリーム ぎゅうにゅう たまご	さとう はちみつ こむぎこ			
9	木	からあげバーガー ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	まるパン でんぶん こむぎこ あぶら さとう	にんにく しょうが	717	28.3
		ABCスープ	ベーコン	マカロニ	たまねぎ にんじん コーン キャベツ		
		くだもの			すいか		
10	金	ごはん のりのつくだに ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう のり	こめ さとう		551	30.3
		メカジキのてりやき やさいのレモンあえ	メカジキ	さとう でんぶん	しょうが もやし きゅうり にんじん こまつな レモン		
		とんじる	ぶたにく とうふ	あぶら いとこんにやく	にんじん だいこん かぼちや ねぎ		
13	月	ちゅうかどん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく えび いか	こめ あぶら でんぶん ごまあぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ キャベツ	572	22.5
		もずくのすのもの	もずく	さとう	きゅうり にんじん		
		とうがんのちゅうかスープ	ぶたこま	あぶら ごまあぶら	にんにく しょうが にんじん たまねぎ とうがん ねぎ チンゲンサイ		
		7・8がつうまれたんじょうびおいおいケーキ (バナナケーキ)	ぎゅうにゅう たまご	こむぎこ パーキングパウダー パター さとう	バナナ レモン	153	2.9
14	火	みそラーメン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	ちゅうかめん あぶら	にんにく しょうが にんじん メンマ もやし にら	631	24.2
		あげじゃがもち		じゃがいも でんぶん あぶら さとう			
		えだまめ			えだまめ		
15	水	ココアパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ココアパン		694	27.1
		なすのミートグラタン	ぶたにく とりにく チーズ	あぶら じゃがいも マカロニ デミグラスソース こむぎこ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん なす ズッキーニ トマト		
		セレクトアイス (モチクリームアイスかソーダあじシャーベット)		モチクリームアイス ソーダあじシャーベット			
16	木	あおなとコーンのピラフ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	こめ パター あぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん コーン こまつな マッシュルーム	615	25.4
		ホキのマスタードやき	ホキ	たまごなしマヨネーズ はちみつ			
		キャベツのスープ	ベーコン	あぶら じゃがいも	セロリ たまねぎ にんじん キャベツ		
17	金	チキンカレーライス ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	こめ あぶら じゃがいも パター こむぎこ	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん りんご トマト	676	18.9
		はるさめサラダ		はるさめ さとう ごまあぶら	もやし にんじん きゅうり		
		サイダーポンチ	こなかんでん	さとう	ももかん みかんかん パインかん りんごジュース		

★天候により、野菜や果物が十分にとれない時などは、給食の献立が変更になる場合があります。

★誕生日給食があります。その月が誕生日の人にケーキが出ます。今月は7・8月生まれです。

◎9・10月は、給食室改修工事のため仕出し弁当を提供します。食具(はし)のご持参にご協力をお願いいたします。

