

2026 (令和 8) 年 7 月 予 定 献 立 表

鳴門教育大学附属小学校

日 曜	献立名	主にエネルギーもとになる食品	主に体を作るもとになる食品	主に体の調子を整えるもとになる食品
1 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	チキンチキンごぼう	でんぷん 油 砂糖	鶏肉	ごぼう 枝豆
	豆苗とたまごのスープ	じゃがいも でんぷん	たまご 豆腐	豆苗 玉ねぎ 人参
2 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	豚肉とこんにゃくの味噌炒め	油 砂糖	豚肉 厚揚げ 味噌	しょうが こんにゃく ピーマン ごぼう 人参 しめじ
	いわしのトマト煮	砂糖	いわし	トマトペースト 玉ねぎ
	すいかゼリー	すいかゼリー(すいか果汁)		
3 金	牛乳 小型プレーンパン	小型プレーンパン	牛乳	
	カレーうどん	うどん 油 バター カレールウ	豚肉 脱脂粉乳	にんにく 玉ねぎ 人参 ねぎ
	コールスローサラダ	コールスロードレッシング(卵)	かに風味フレーク(かにほたて)	キャベツ きゅうり
6 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	じゃがいものそばろ煮	じゃがいも 油 砂糖	鶏肉 厚揚げ	しょうが 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ グリンピース
	ゴーヤのおかか和え	砂糖	シーチキン かつお節	にがうり もやし 人参
7 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ささみカツ	油 ポテトフレーク 米粉 でんぷん 砂糖	鶏肉	
	シーチキンサラダ	和風ごまドレッシング(ほたて)	シーチキン	アスパラガス キャベツ
	セタそうめん汁	そうめん	えび 油揚げ	玉ねぎ 人参 しいたけ オクラ
	セタゼリー	セタゼリー(ぶどう果汁 レモン果汁 みかん果汁)		
8 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	なすと豚肉の味噌炒め	油 砂糖 ごま	豚肉 がんもどき 味噌	なす しょうが ピーマン 人参 たけのこ 玉ねぎ
	厚焼きたまご	油 砂糖	卵 ゼラチン	
	ゆかりきゅうり			きゅうり ゆかり ぶりかけ
9 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	メルルーサのトマトソースかけ	でんぷん 油 オリーブ油	メルルーサ	にんにく 玉ねぎ トマト
	コーンポタージュスープ	コーンクリームスープ バター 油	ベーコン 牛乳	コーン 人参 玉ねぎ しめじ パセリ
10 金	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	キムチ丼	砂糖 ごま油 ごま	豚肉 昆布	人参 もやし 白菜 たら にんにく 玉ねぎ 大根 りんご
	チンゲンサイのスープ	マロニー	鶏肉 厚揚げ わかめ	チンゲンサイ 人参 玉ねぎ
	小魚アーモンド	小魚アーモンド(アーモンド かたくちいわし ごま)		
13 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	夏野菜入りカレーライス	じゃがいも カレールウ バター 油	豚肉 牛乳	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 なす にんにく 枝豆
	ひじきのサラダ	棒々鶏ドレッシング(ほたて)	ロースハム ひじき	キャベツ きゅうり
14 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	八宝菜	油 砂糖 でんぷん ごま油	豚肉 いか えび うずら卵	人参 白菜 玉ねぎ しいたけ たけのこ ピーマン しょうが にんにく
	しゅうまい	パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉	豚肉	玉ねぎ しょうが
	ヨーグルト		ヨーグルト	
15 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	若鶏の竜田揚げ	でんぷん 油	鶏肉	しょうが
	ゆでキャベツ			キャベツ
16 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	若鶏の竜田揚げ	でんぷん 油	鶏肉	しょうが
	ゆでキャベツ			キャベツ
	さつまいもの味噌汁	さつまいも	豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	人参 玉ねぎ しめじ
16 木	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	洋風煮	じゃがいも オリーブ油 砂糖	豚肉 チキンウインナー	キャベツ 玉ねぎ 人参 グリンピース にんにく
	トマトミートオムレツ	油 でんぷん	卵 鶏肉	玉ねぎ トマトピューレ
	焼き枝豆			枝豆
17 金	牛乳 小型プレーンパン	小型プレーンパン	牛乳	
	クリームマーガリン	クリームマーガリン		
	焼きビーフン	ビーフン 油	豚肉 いか えび	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン
	杏仁入りフルーツポンチ	マンゴーゼリー(マンゴーピューレ) 杏仁豆腐 砂糖		パイン みかん
31 月	牛乳 ナン	ナン	牛乳	
	キーマカレー	油 カレールウ バター	牛肉 豚肉 大豆 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく 枝豆
	ヨーグルト和え		ヨーグルト	みかん 白桃 パイン
1 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	肉じゃが	じゃがいも 油 砂糖	豚肉 がんもどき	玉ねぎ 人参 こんにゃく さやいんげん
	大豆とちりめんの揚げ煮	油 砂糖 ごま	大豆 ちりめん	しょうが

※物資の購入・その他の理由で献立を変更することがありますが、ご了承ください。

※魚は一部、魚卵を含んでいる可能性があります。また、魚の骨に注意して食べるようにしましょう。

※かっこ () の中は、関係する食物アレルギーの原因食品や主な原料となる食材を掲載しています。

※夏休み明けの給食は、8月31日(月)から始まります。食物アレルギー対応のため、8月31日(月)と9月1日(火)の予定献立を掲載しています。

※7月は新メニューが登場します。『チキンチキンごぼう』、『豆苗とたまごのスープ』、『ゴーヤのおかか和え』です。

※7月7日(火)はセタ行事食です。セタバージョンで、天の川をイメージしたそうめん汁です。