



令和3年7・8月分学校給食予定献立表 (小・中学校)

笠岡市学校給食センター

日付	こんだてめい	体を作るものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
1(木)	あなごちらしずし 牛乳 おかかあえ 夏けんちん汁	あなご 錦糸卵 えび 牛乳 かつお節 若鶏肉 豆腐	さやいんげん にんじん キャベツ もやし かぼちゃ ごぼう ねぎ	米 三温糖 こんにゃく ごま油
2(金)	麦ごはん 牛乳 なすとピーマンの肉みそ炒め ひじきとごぼうのサラダ	牛乳 豚肉 みそ 鶏ささみ ひじき	なす ピーマン にんじん キャベツ たまねぎ たけのこ きくらげ ごぼう 切干しだいこん きゅうり とうもろこし	米 麦 マヨネーズ
5(月)	キーマカレー 牛乳 フレンチサラダ	豚肉 牛肉 豚レバー 大豆 脱脂粉乳 牛乳	にんにく しょうが にんじん たまねぎ とうもろこし グリンピース トマト キャベツ きゅうり	米 麦 じゃがいも バター 米油 三温糖
6(火)	《 七夕の献立 》 とうもろこしごはん 牛乳 若鶏肉と野菜の香味あえ そうめん汁 七夕くずまんじゅう	牛乳 若鶏肉 魚そうめん 豆腐 かまぼこ	とうもろこし かぼちゃ さやいんげん オレンジジュース にんじん たまねぎ オクラ	米 でん粉 じゃがいも 米油 三温糖 くずまんじゅう
7(水)	ホットドック ケチャップ小袋 (小) ケチャップ&マスタード小袋 (中) 牛乳 夏野菜スープ	ウインナー 牛乳 若鶏肉	キャベツ にんじん たまねぎ かぼちゃ えのきたけ とうもろこし	パン
8(木)	ごはん 牛乳 厚揚げの酢豚風 ハムとキャベツのナムル	牛乳 厚揚げ 豚肉 ハム	しょうが たまねぎ にんじん ヤングコーン ピーマン キャベツ もやし こまつな	米 三温糖 でん粉 ごま油
9(金)	麦ごはん 牛乳 いわしの梅煮 たくあんあえ にらたま汁	牛乳 いわしの梅煮 かまぼこ 豆腐 卵	キャベツ もやし にんじん たくあん えのきたけ たまねぎ にら	米 麦 ごま でん粉
12(月)	《 沖縄の料理を知ろう 》 沖縄ジュース 牛乳 ゴーヤチャンプルー もずくの酢の物 シークワーサーゼリー	焼豚 塩昆布 牛乳 豚肉 豆腐 卵 かつお節 もずく かまぼこ	たけのこ えだまめ にんじん ながり 干しいたけ もやし チンゲンサイ たまねぎ キャベツ きゅうり	米 三温糖 ごま油 シークワーサーゼリー
13(火)	ごはん 牛乳 ちくわの変わり揚げ ふのすまし汁 手作りふりかけ	牛乳 ちくわ ひじき 青さ粉 粉チーズ 大豆粉 卵 わかめ かまぼこ しらす干し かつお節 たらこ	たまねぎ えのきたけ にんじん こまつな	米 小麦粉 でん粉 米油 白玉ふ ごま 三温糖
14(水)	《 神内小学校希望献立 》 笠岡ラーメン 牛乳 春雨サラダ オレンジ	親鶏肉 牛乳 ハム	しょうが たまねぎ メンマ もやし ねぎ にんじん キャベツ きゅうり オレンジ	中華めん 三温糖 春雨 ごま油
15(木)	ごはん 牛乳 チンジャオロース とうがんスープ	牛乳 牛肉 ベーコン	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ にんじん ピーマン とうがん えのきたけ チンゲンサイ	米 三温糖 ごま油
16(金)	もち麦ごはん 牛乳 さばのカレーじょうゆかけ からしあえ 豆腐のみそ汁	牛乳 さば しらす干し 豆腐 わかめ みそ	もやし キャベツ にんじん こまつな たまねぎ しめじ ねぎ	米 もち麦 三温糖 じゃがいも
19(月)	ビーフストロガノフ 牛乳 野菜サラダ バナナ	牛肉 生クリーム 牛乳 ハム	にんじん たまねぎ エリンギ パナナ マッシュルーム トマト グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	米 麦
25(水)	キャロットパン 牛乳 ハンバーグ そえ野菜 コーンスープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ とうもろこし えのきたけ パセリ	キャロットパン バター 黒砂糖 じゃがいも
26(木)	ごはん 牛乳 いかのかりん揚げ ごま酢あえ 鶏汁	牛乳 いか 若鶏肉 油揚げ みそ	しょうが きゅうり にんじん もやし たまねぎ しめじ ごぼう ねぎ	米 でん粉 米油 ごま 三温糖 こんにゃく
27(金)	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ささみの中華あえ	牛乳 豚肉 若鶏肉 豆腐 みそ 荳わかめ 鶏ささみ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しめじ ねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし	米 麦 三温糖 でん粉 ごま油
30(月)	とりごぼうピラフ 牛乳 肉団子のスープ コールスローサラダ いちごのムース	若鶏肉 牛乳 肉団子 ハム いちごのムース	ごぼう にんじん たまねぎ キャベツ グリンピース 干しいたけ チンゲンサイ きゅうり とうもろこし	米 三温糖 春雨
31(火)	ごはん 牛乳 あじの南蛮づけ ゆかりあえ なすのみそ汁	牛乳 あじ 油揚げ わかめ みそ	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン なす キャベツ レモン果汁 もやし にんじん しそごはんの素 えのきたけ ねぎ	米 でん粉 米油 三温糖 じゃがいも

天候・食材調達の都合上、材料が変更する可能性があります。