



# 令和8年度7・8月分学校給食予定献立表

笠岡市学校給食センター



日付	こんだてめい	体をつくるもとになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
7月 1(水)	かきあげうどん 牛乳 ひじきあえ	若鶏肉 かまぼこ 油揚げ わかめ 牛乳 ひじき	にんじん たまねぎ しめじ 葉ねぎ キャベツ もやし こまつな	うどん かき揚げ サラダ油
2(木)	ごはん 牛乳 若鶏肉の塩麴焼き 酢の物 とうがンのみそ汁	牛乳 若鶏肉 いか 油揚げ みそ	きゅうり もやし にんじん とうがん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 塩こうじ ごま 三温糖
3(金)	《 新山小学校 希望献立 》 キーマカレー (ナン) 牛乳 海藻サラダ 冷凍みかん	豚肉 豚レバー 大豆 脱脂粉乳 牛乳 かまぼこ 昆布	にんにく しょうが たまねぎ にんじん とうもろこし グリーンピース りんご キャベツ きゅうり みかん	ナン バター 三温糖
6(月)	麦ごはん 牛乳 マーボーなす ささみの中華あえ	牛乳 豚肉 若鶏肉 みそ 鶏ささみ	にんにく しょうが なす たまねぎ にんじん たけのこ しめじ 葉ねぎ きゅうり キャベツ 枝豆	米 麦 三温糖 でん粉
7(火)	《 七夕献立 》 とうもろこしごはん 牛乳 若鶏肉と野菜の甘がらめ 七夕魚そうめん汁 七夕くずまんじゅう	牛乳 若鶏肉 魚そうめん 油揚げ	とうもろこし かぼちゃ さやいんげん にんじん たまねぎ オクラ	米 でん粉 じゃがいも サラダ油 三温糖 七夕くずまんじゅう
8(水)	ごはん 牛乳 鮭の薬味だれかけ 塩昆布あえ 厚揚げのみそ汁	牛乳 鮭 塩昆布 厚揚げ みそ	白ねぎ にんにく しょうが キャベツ もやし にんじん たまねぎ 葉ねぎ	米 三温糖 ごま油 じゃがいも
9(木)	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のオイスター炒め 春雨スープ ヨーグルト	牛乳 豚肉 若鶏肉 ヨーグルト	エリンギ しめじ キャベツ にんじん にら しょうが たまねぎ もやし チンゲンサイ	米 三温糖 ごま油 春雨
10(金)	ホットドッグ 牛乳 かぼちゃのポタージュ	ウインナー 牛乳 ベーコン 粉チーズ	キャベツ にんじん かぼちゃ たまねぎ マッシュルーム パセリ	パン
13(月)	《 大島中学校 希望献立 》 ごはん 牛乳 若鶏肉のから揚げ ツナサラダ わかめスープ わらびもち	牛乳 若鶏肉 ツナ 豆腐 かまぼこ わかめ	しょうが にんにく にんじん キャベツ もやし とうもろこし たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 でん粉 サラダ油 三温糖 ごま油 わらび餅
14(火)	ごはん 牛乳 豆腐と豚肉のチャンプルー 手作りふりかけ	牛乳 豚肉 豆腐 卵 しらす干し かつお節 たらこ	にんじん もやし キャベツ チンゲンサイ たまねぎ こまつな	米 ごま油 ごま 三温糖
15(水)	ごはん 牛乳 さばのピリ辛みそだれかけ 甘酢あえ えのきたけのすまし汁	牛乳 さば みそ しらす干し 豆腐 わかめ	白ねぎ キャベツ きゅうり もやし にんじん えのきたけ たまねぎ 葉ねぎ	米 三温糖 ごま
16(木)	麦ごはん 牛乳 親子煮 もずくの酢の物	牛乳 若鶏肉 卵 かまぼこ もずく 糸かまぼこ	にんじん たまねぎ しめじ 葉ねぎ きゅうり	米 麦 じゃがいも でん粉 三温糖
17(金)	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き 梅肉あえ 夏野菜のみそ汁	牛乳 豚肉 かつお節 油揚げ みそ	しょうが こまつな キャベツ もやし にんじん ねり梅 かぼちゃ たまねぎ なす 葉ねぎ	米 三温糖
8月 25(火)	キムタクごはん 牛乳 春雨のごま酢あえ ちくわのすまし汁 小魚	豚肉 牛乳 ハム ちくわ わかめ 豆腐 小魚	キムチ たくあん 枝豆 にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 ごま油 春雨 三温糖 ごま
26(水)	ごはん 牛乳 あじの米粉天ぷら おかかあえ なすのみそ汁	牛乳 あじの米粉天ぷら かつお節 油揚げ みそ	こまつな キャベツ にんじん たまねぎ なす 葉ねぎ	米 サラダ油 三温糖 じゃがいも
27(木)	ごはん 牛乳 八宝菜 バンバンジー 杏仁豆腐	牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 鶏ささみ	はくさい たまねぎ にんじん たけのこ 葉ねぎ もやし きゅうり	米 でん粉 ごま油 杏仁豆腐
28(金)	パン 牛乳 若鶏肉のガーリック焼き キャベツのサラダ コンソメスープ	牛乳 若鶏肉 ウインナー	にんにく キャベツ こまつな とうもろこし にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ	パン 三温糖 サラダ油 じゃがいも
31(月)	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のみそ炒め かきたま汁 納豆	牛乳 豚肉 みそ かまぼこ 豆腐 卵 納豆	しょうが ピーマン にんじん キャベツ たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 でん粉