

令和 8 年 7 月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g	
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちよよしをどどのえるもの	調味料ほか			
★ はし	1	水	ごはん		米			559	24.6
			牛乳	牛乳					
			みそけんちん汁	豆腐 鶏肉 合わせみそ	じゃがいも サラダ油	だいこん にんじん 白こんにやく ごぼう 葉ねぎ	酒 かつお節(だし)		
			いわしの梅煮	いわし	砂糖 でん粉	梅肉 しそ抽出液	しょうゆ 本みりん 食塩		
			浅漬け	塩昆布		キャベツ にんじん			
★ はし	2	木	チーズパン		パン			611	29.5
			牛乳	牛乳					
			五目うどん	鶏肉 うずら卵 さつま揚げ わかめ	うどん	たまねぎ にんじん たけのこ 葉ねぎ しいたけ	うすくちしょうゆ みりん 食塩 かつお節(だし)		
			ココアりんかけ	大豆	砂糖 でん粉		食塩 ピュアココア		
			みかんジュース			みかんジュース			
★ はし	3	金	ピピンバ風ごはん	牛肉	ごま油 砂糖 ごま 米	だいこん だいずもやし ほうれんそう にんじん にんにく	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 とうぼんじゃん 一味とうがらし	593	25.9
			牛乳	牛乳					
			にらたまスープ	鶏卵 豆腐 ベーコン わかめ	でん粉	たまねぎ にんじん えのきたけ にら	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
			なしゼリー	寒天	砂糖 果糖 加工でん粉	なし果汁 ラ・フランスピューレ	ゲル化剤 香料		
★ はし	6	月	ナン		ナン			637	30.4
			ビーンスドライカレー	牛肉 豚肉 大豆 ひよこ豆 えんどう豆 赤いんげん豆	米粉 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん ピーマン ブルーネ にんにく	ケチャップ ウスターソース カレー粉 こいくちしょうゆ 食塩		
			牛乳	牛乳					
			星のバスタスープ	ベーコン	ホワイトソルガム	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな	うすくちしょうゆ コンソメ 白ワイン 食塩 白こしょう		
			飲むヨーグルト	ヨーグルト					
★ はし	7	火	さけそぼろごはん	さけ わかめ	砂糖 ごま サラダ油 米	コーン えだまめ	かつお節調味料 食塩	568	24.3
			牛乳	牛乳					
			七タ汁	魚そうめん(イトヨリ) うずら卵 豆腐	魚そうめん(コーンスターチ・砂糖 ・水あめ・植物油脂)	えのきたけ にんじん オクラ しいたけ	魚そうめん(食塩・みりん) うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
			七タゼリー		ぶどう糖果糖液糖 砂糖	日向夏果汁	ゲル化剤 香料		
★ はし	8	水	ごはん		米			549	19.6
			牛乳	牛乳					
			麦ビーンススープ	鶏肉 ひよこ豆	麦	たまねぎ チンゲンサイ にんじん マッシュルーム	うすくちしょうゆ コンソメ 酒 食塩 白こしょう		
			ほうれん草オムレツ	鶏卵	植物油脂 加工でん粉	ほうれんそう	食塩 でん粉発酵調味料		
			ポイルブロッコリー 1食ケチャップ			ブロッコリー	ケチャップ		
★ はし	9	木	黒砂糖パン		パン			606	26.5
			牛乳	牛乳					
			みそラーメン	豚肉 焼き豚 みそ(赤・合わせ)	中華めん ごま サラダ油	キャベツ たまねぎ コーン にんじん もやし チンゲンサイ にんにく しょうが	うすくちしょうゆ バイタン 中華だし 食塩 白こしょう		
			蒸ししゅうまい	しゅうまい (豆腐・魚肉すり身・豆乳・大豆たん白・ひじき)	しゅうまい(植物油脂・砂糖 ・加工デンプン・小麦粉・でん粉)	しゅうまい (たまねぎ・にんじん・えだまめ・とうもろこし)	しゅうまい (食塩・酵母エキス・発酵調味料・香辛料)		
			ポイルキャベツ 1食たれ			キャベツ	中華たれ		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

令和 8 年 7 月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちようしきどとのえるもの	調味料ほか		
★ はし	10 金	ごはん		米			614	28.5
		牛乳	牛乳					
		わかめスープ	豆腐 うずら卵 わかめ	ごま	たまねぎ えのきたけ にんじん コーン	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		夏野菜ハンバーグ (1食マイティソース)	豚肉 豆腐 鶏卵 チーズ 粉豆腐	サラダ油	たまねぎ にがうり	トマトケチャップ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう マイティソース		
13 月		ミルクパン		パン			616	27.7
		牛乳	牛乳					
		かぼちゃのミートソース煮	鶏肉 大豆 粉チーズ	サラダ油	かぼちゃ たまねぎ しめじ えだまめ トマト にんにく	ケチャップ デミグラスソース トマトピューレー 赤ワイン ウスターソース うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
		フルーツミニバイキング			すいか メロン みかん ぶどう さくらんぼ パイン			
★ はし	14 火	1食ミニフィッシュ	いわし	砂糖		食塩	608	25.0
		ビーフ巻き (ごはん・手巻きのり・牛肉炒め)	牛肉 のり	砂糖 ごま ごま油 米	ごぼう いんげん にんじん	こいくちしょうゆ みりん 和風だし 一味とうがらし 食塩		
		牛乳	牛乳					
		かいのこ汁	大豆 油揚げ 合わせみそ 昆布		かぼちゃ にんじん 白こんにゃく 大豆もやし なす 葉ねぎ	かつお節(だし)		
★ はし	15 水	ねったぼ	大豆	さつまいも 砂糖 もち粉 加工でん粉		食塩	554	20.7
		★九州の味めぐり給食(沖縄県)						
		★もずくどんぶり	もずく 鶏肉	砂糖 サラダ油 でん粉 米	たまねぎ にんじん こまつな コーン しょうが	こいくちしょうゆ みりん 酒 食塩 かつお節(だし)		
		牛乳	牛乳					
		シブイのみそ汁	厚揚げ 合わせみそ わかめ		とうがん もやし にんじん 葉ねぎ	かつお節(だし)		
16 木		シークワーサーゼリー		グラニュー糖 ぶどう糖果糖液糖 砂糖	シークワーサー果汁 こんにゃく粉	ゲル化剤 香料	545	24.6
		テーブルロールパン		パン				
		牛乳	牛乳					
		夏野菜のペペロンチーノ	鶏肉 ベーコン	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ こまつな 赤ピーマン にんじん エリンギ スズッキーニ にんにく	白ワイン 食塩 白こしょう 一味とうがらし		
17 金		デコボンサラダ			キャベツ デコボン きゅうり	ノンオイルクリームフレンチドレッシング	674	23.3
		サマーカレー (麦ごはん)	鶏肉 大豆 ヨーグルト 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも オリーブ油 米 麦	たまねぎ かぼちゃ にんじん なす ピーマン ズッキーニ りんご オクラ にんにく	カレーパウダー ケチャップ ウスターソース 白ワイン カレー粉		
		牛乳	牛乳					
		コーンサラダ			キャベツ コーン きゅうり	青じそドレッシング		
		ヨーグルト	ヨーグルト					

お知らせ

<今月の行事>

1日(水)

7日(火)

13日(月)

17日(金)

20日(月)

マイプロDay

(1年生・2年生・複式I組:給食なし)

七夕

フルーツミニバイキング

前期前半終了(給食あり)

海の日



<はしをもってくる日>

★の日は、「はし」をもってくる日です。

きれいにあらったはしを、わずれないようにもってきましょう。

1日 2日 3日 7日 8日 9日 10日 14日 15日

令和 8 年 7 月分平均栄養量

エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
595	25.4

