

令和8年7月分献立予定表(中学)綾瀬市立学校給食センター

◎アレルギー表示は、『卵・乳・えび・かに・小麦』の5品目です。

特定原材料のうち、カシューナッツ・くるみ・そば・落花生(ピーナッツ)は使用していません。

◎学校給食センター及び食品加工工場でアレルギー物質を含む食品を使用した調理をおこなう場合があります。

◎学校給食センターの油は、米油を使用しています。揚げ油は、数回繰り返して使用しています。



日/曜	献立名	エネルギーになる食品	体を作るもとになる食品	体の調子を整える食品	調味料	アレルギー物質5品目 卵・乳・えび・かに・小麦	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
本と(ホント)楽しい給食『レミーのおいしいレストラン』							
1 水	コッペパン	コッペパン				乳・小麦	770
	キャラメルクリーム	キャラメルクリーム				乳	27.2
	牛乳		牛乳			乳	31.7
	オムレツ レミーのラタウイユ添え	オリーブ油	オムレツ ベーコン	にんにく ズッキーニ 黄パプリカ トマト たまねぎ	ローリエ オレガノ コンソメ 白ワイン	卵 小麦	3.3
	豆乳スープ	じゃがいも マーガリン 小麦粉	ウインナー 白いんげん豆 豆乳	たまねぎ にんじん きゃべつ	コンソメ 塩 こしょう	小麦	
* かながわ産品学校給食デー *							
2 木	夏野菜のカレーライス (別出し)	油 じゃがいも ごはん	鶏肉 脱脂粉乳 粉チーズ	たまねぎ にんじん かぼちゃ 綾瀬市産なす 綾瀬市産トマト  	カレールー 塩	乳・小麦	803
	牛乳		牛乳			乳	26.9
	菜速あやせ コーンサラダ			きゃべつ にんじん  菜速あやせコーン	イタリアンドレッシング (別出し)		20.6
							3.0
3 金	焼肉丼 (別出し)	油 ごま 砂糖 でんぶん ごはん	豚肉	にんにく たまねぎ にんじん しめじ もやし りんごピューレー ピーマン	豆板醤 しょうゆ 酒	小麦	756
	牛乳		牛乳			乳	31.0
	中華スープ	でんぶん	鶏肉 なんと 豆腐	にんじん えのきたけ	中華スープ 塩		20.9
							2.3
6 月	小型黒パン	黒パン				乳・小麦	734
	牛乳		牛乳			乳	31.5
	キムチうどん	うどん ごま油	豚肉 油揚げ 白かまぼこ	にんじん きゃべつ 長ねぎ にら 白菜キムチ 椎茸	和風だし 酒 しょうゆ 塩	小麦	26.8
	凍り豆腐の磯揚げ	でんぶん 油	凍り豆腐 青のり		しょうゆ みりん 酒	小麦	3.4
7 火	ごはん	ごはん					737
	牛乳		牛乳			乳	31.8
	星型ハンバーグ	砂糖 でんぶん ごま	星型ハンバーグ		しょうゆ みりん 酒 酢	小麦	17.4
	七夕汁	星型麩 パーミセリー	鶏肉	にんじん たまねぎ 椎茸 オクラ 小松菜	さば節 しょうゆ 塩	小麦	1.7
	七夕ゼリー			七夕ゼリー			

『本と(ホント)楽しい給食』 ～ オムレツ レミーのラタウイユ添え (レミーのおいしいレストラン) ～

今回紹介する本は、「レミーのおいしいレストラン」です。レミーは、フランス料理のシェフにあこがれるねずみです。たどり着いたレストランで、料理人の青年とコンビを組んで、世界一の料理人を目指します。給食では、物語のクライマックスに登場する「ラタウイユ」をオムレツにかけていただきます。まだ読んだことがない人は、ぜひ図書館や図書室に足を運んでくださいね。

日/曜	献立名	エネルギーになる食品	体を作るもとになる食品	体の調子を整える食品	調味料	アレルギー物質5品目 卵・乳・えび・ かに・小麦	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
8 水	練乳うずまき	練乳うずまき				乳・小麦	740
	牛乳		牛乳			乳	35.8
	鶏肉のレモン焼き		鶏肉		酒		21.9
	ミネストローネ	砂糖 でんぶん		レモンビューレー	しょうゆ	小麦	4.0
9 木		油 マカロニ	ベーコン 金時豆	たまねぎ にんじん かぼちゃ	トマトビューレー コンソメ スープストック こしょう 塩	小麦	
	ごはん	ごはん					772
	牛乳		牛乳			乳	28.1
	さんまの生姜煮		さんまの生姜煮			小麦	20.9
	きんぴら	油 つきごんにやく 砂糖 ごま	豚肉 さつま揚げ	ごぼう にんじん	和風だし しょうゆ	小麦	3.1
10 金	みそ汁	じゃがいも	豆腐 白みそ わかめ	たまねぎ 長ねぎ	さば節		
	ピビンバ	ごま油 砂糖 ごま	豚肉 炒り卵	生姜 にんにく にんじん 椎茸 もやし ちんげん菜	唐辛子 しょうゆ	卵・小麦	724
	(別出し)	ごはん					31.3
	牛乳		牛乳			乳	20.2
13 月	わかめスープ		鶏肉 なんと 豆腐 わかめ	にんじん えのきたけ 長ねぎ	中華スープ こしょう		2.4
	ミルクパン	冷凍ミルクパン				卵・乳・小麦	703
	牛乳		牛乳			乳	25.7
	ジャージャー麺	ごま油 砂糖 でんぶん	豚肉 大豆 赤みそ 赤だしみそ	生姜 にんにく 長ねぎ にんじん たけのこ 椎茸	豆板醤 しょうゆ みりん	小麦	30.2
	(別出し)	中華麺 ごま油				小麦	2.7
14 火	チキンナゲット	油	チキンナゲット			小麦	
	アセロラゼリー			アセロラゼリー			
	ごはん	ごはん					764
	牛乳		牛乳			乳	26.0
15 水	さばのねぎみそ焼き	油 砂糖 でんぶん	白みそ	生姜 長ねぎ	酒 しょうゆ	小麦	25.2
	冬瓜のスープ	ごま油	豚肉 豆腐	にんじん たまねぎ 椎茸 冬瓜 生姜	スープストック 塩 しょうゆ	小麦	3.1
16 木	ロールパン	ロールパン				乳・小麦	785
	牛乳		牛乳			乳	30.5
	金時豆と 豚肉のインド風煮	油 砂糖	豚肉 金時豆	たまねぎ にんじん	赤ワイン カレー粉 塩 ケチャップ チリパウダー		29.8
	バイクドポテト	フライドポテト			塩 こしょう 乾燥パセリ		2.2
16 木	ごはん	ごはん					732
	牛乳		牛乳			乳	29.3
	マーボーなす	油 砂糖 でんぶん ごま油	豚肉 白みそ	生姜 にんにく たまねぎ にんじん ピーマン 綾瀬市産なす 	豆板醤 オイスターソース		20.2
	卵とにらのスープ	でんぶん ごま油	鶏肉 豆腐  綾瀬市産鶏卵	にんじん にら	中華スープ 塩 こしょう しょうゆ	卵・小麦	2.3

★材料の都合により、献立を変更する場合があります。

★綾瀬市では、献立に綾瀬の産物を取り入れています。天候等の関係で全量を確保できないことがあります。

使用した時には、キャラクターマークがついています。

★ランチタイム・献立予定表・献立写真は、市ホームページでもご覧いただけます。

