

令和7年7月 学校給食予定献立表

日曜	ごんだて	体の中での主なほたらき						その他 調味料	
		体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群 ビタミン・無機質	5群 炭水化物	6群 脂質		
		魚・肉・卵・豆・豆腐製品	牛乳・乳製品 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
1 (月)	主食	はちみつパン					はちみつパン		
	主菜	かぼちゃの米粉シチュー	鶏肉	粉チーズ 生クリーム 牛乳	にんじん パセリ かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも 米粉	油 豆乳バター 野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	副菜	ベーコンサラダ	ベーコン		にんじん フロccoli	キャベツ たまねぎ	きゅうり	砂糖	油 酢 しょうゆ 塩 こしょう
	他	牛乳*		牛乳					
2 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	鶏肉と高野豆腐の揚げ煮	鶏肉 高野豆腐				しょうが 長ねぎ	でん粉 砂糖	油 しょうゆ 酒 みりん 一味唐辛子
	副菜	ごんぶあえ		★塩ごんぶ		キャベツ きゅうり		ごま	
	副菜	なすのみそ汁	みそ 油揚げ		にんじん	たまねぎ なす えのきだけ			混合だし
他	牛乳*		牛乳						
3 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	肉みそそば	豚肉 大豆 みそ		赤パプリカ 黄パプリカ	しょうが にんにく たまねぎ 枝豆	砂糖	油 しょうゆ みりん 酒	
	副菜	わかめとちやしのあえもの		わかめ	にんじん	キャベツ しょうが	もやし	ごま油	しょうゆ
	副菜	にらたま汁	卵 ★かまぼこ 豆腐		にんじん にら	たまねぎ		でん粉	しょうゆ 酒 塩 混合だし
他	牛乳*		牛乳						
4 (月)	主食	ミルクパン					ミルクパン		
	主菜	さけのレモンソースがけ		★さけ切身でん粉付き		レモン	砂糖	油	酒 しょうゆ
	副菜	豆のガーリックマトサラダ	まぐろ ★ミックスビーンズ		にんじん	きゅうり とうもろこし	たまねぎ		★マトマリックソース
	副菜	鶏肉とほうれん草のスープ	鶏肉		ほうれん草 にんじん	たまねぎ マッシュルーム			野菜ブイヨン 塩 こしょう
他	牛乳*		牛乳						
7 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	聖型カレーチキンカツ		★聖型カレーチキンカツ				油	
	副菜	フロccoliとチーズのサラダ	ハム	チーズ	フロccoli にんじん	キャベツ にんにく		油	酢 塩 こしょう
	副菜	七夕スープ	豆腐		小松菜 にんじん	たまねぎ しめじ		★米粉マカロニ そうめん	チキンガラスープ 塩 こしょう
他	七夕ゼリー	七夕献立						★七夕ゼリー	
他	牛乳*		牛乳						
8 (月)	主食	ソフトメン					ソフトメン		
	主菜	きつねうどん汁	豚肉 油揚げ		にんじん	大根 しいたけ 長ねぎ			混合だし しょうゆ みりん 塩
	副菜	スパイシーポテト					じゃがいも	油	パプリカ粉 カレー粉 チリパウダー 塩 こしょう
	副菜	五色あえ	★かまぼこ		ほうれん草 にんじん	きゅうり もやし	砂糖	油	しょうゆ 酢
他	牛乳*		牛乳						
9 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	さばのみそ煮	★さばのみそ煮						
	副菜	ピリ辛あえ			フロccoli にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし にんにく	砂糖	ごま油 ごま	しょうゆ 酢 塩 一味唐辛子
	副菜	けんちん汁	豆腐		にんじん	大根 長ねぎ しいたけ	ごぼう	里いちご こんにゃく	油 混合だし しょうゆ 塩
他	牛乳*		牛乳						

☆小魚類(しらす・ちりめんじゃこ等)は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。

茨城町学校給食共同調理場

日 曜	こんだて	体の中での主なほたらき						その他 調味料		
		体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品				
		1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆腐	2群 無機質 牛乳・小豆 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 ビタミン・無機質 その他の野菜 果物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂			
10 (木)	主食	ごはん					ごはん			
	主菜	ひじき入り肉じゃが	豚肉 厚揚げ	ひじき	にんじん	たけのこ しいたけ	たまねぎ	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油	しょうゆ みりん 塩
	副菜	ごま酢あえ	まぐろ		小松菜 にんじん	キャベツ もやし			ごま油 ごま	しょうゆ 酢
	他	納豆	★納豆							
	他	牛乳		牛乳						
11 (金)	主食	茨城県産小麦パン						茨城県産小麦パン		
	主菜	スラッピーショー	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ しいたけ		砂糖		ケチャップ しょうゆ クスターソース
	副菜	小松菜サラダ	鶏肉		小松菜 にんじん	キャベツ しょうが にんにく			油	しょうゆ みりん 塩
	副菜	チンゲンサイと卵のスープ	ベーコン 卵		チンゲンサイ	たまねぎ マッシュルーム				野菜ブイヨン 塩 こしょう
	他	牛乳		牛乳						
14 (月)	主食	沖縄炊き込みごはん	豚肉 ★さつま揚げ	ごん豆 ひじき	にんじん	ごぼう かんぴょう しいたけ		ごはん おこわ 砂糖	油	しょうゆ みりん 酒
	主菜	チーズはんぺんフライ	★チーズはんぺんフライ						油	
	副菜	ゴーヤとハムの炒めもの	焼き豆腐 ハム かつお節		ゴーヤ にんじん	たまねぎ			ごま油	チキンガラスープ しょうゆ こしょう
	他	牛乳		牛乳						
	他	牛乳		牛乳						
15 (火)	主食	ミルクパン						ミルクパン		
	主菜	豚肉と豆のトマト煮	豚肉 ベーコン 大豆 白いんげん豆 赤いんげん豆		パセリ にんじん トマト	たまねぎ		じゃがいも 砂糖	油	赤ワイン 野菜ブイヨン ケチャップ クスターソース 塩 こしょう
	副菜	ガーリックドレッシングサラダ	ハム		小松菜 にんじん	キャベツ にんにく しょうが			油	しょうゆ みりん 塩
	他	ヨーグルト		★ヨーグルト						
	他	牛乳		牛乳						
16 (水)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	香焼き	★香焼き						油	
	副菜	チャブチェ	豚肉		小松菜 にんじん	たけのこ しょうが にんにく	しいたけ	春雨 砂糖	ごま油	しょうゆ 酒 塩 こしょう 一味唐辛子
	副菜	とうがんスープ	豆腐 ★かまぼこ		ほうれん草	とうがん しょうが 長ねぎ			油	チキンガラスープ 塩 しょうゆ こしょう 酒
	他	牛乳		牛乳						
17 (木)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	チキンカレー	鶏肉		にんじん	たまねぎ にんにく クリンピース フルーン		じゃがいも	油	★カレー粉 クチャップ カレー粉 中華ソース ガラムマサラ
	副菜	ツナサラダ	まぐろ		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし			油	酢 塩 こしょう
	他	牛乳		牛乳						
	他	牛乳		牛乳						
18 (金)	主食	茨城県産小麦パン						茨城県産小麦パン		
	主菜	チョコクリーム						★チョコクリーム		
	主菜	チキンのバジルマヨネーズ焼き	鶏肉						ノンエッグマヨネーズ	★バジルソース
	副菜	カラフルサラダ			赤パプリカ フロccoli	キャベツ きゅうり とうもろこし			油	酢 塩 こしょう からし粉
	副菜	豆と野菜のスープ	ウィンナー		ほうれん草 にんじん パセリ	たまねぎ セロリ		大麦 じゃがいも		野菜ブイヨン 塩 こしょう
他	牛乳		牛乳							

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町産の食材は、米・にらです。
ひぬ丸くんメニューの茨城町産の食材は、米・にら・キャベツ・たまねぎ・にんじん・赤パプリカ・黄パ
プリカです。
茨城県産の食材は、ソフトメン・牛乳・豚肉・ごぼう・なすです。



茨城町のマスコットのひぬ丸くんです。
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は茨城町産です。