



7月 こんだてひょう



*パン給食の注文締め切りは1週間前となります。ご注意ください。パンの日のキャンセルも前日16:00までとなります。

申込 締切	日付	曜日	昼食	アレルギー	原材料	エネルギー(kcal) たんぱく(g)
6/30 16:00	1	火	オムレツ こまつなのちゅうかいのため かぼちゃとれんこんのおつまみあげ フランク・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	卵・小松菜・人参・南瓜・れんこん・フランク・フルーツ	209Kcal 7.1 g
7/1 16:00	2	水	やさいとうふハンバーグ ちゅうかはるさめ ほうれんそうひらやき たまねぎぼう・フルーツ	卵・小麦・大豆	野菜豆腐ハンバーグ・春雨・コーン・鶏肉・白ごま・ほうれん草・卵・たまねぎ棒・フ ルーツ	229Kcal 11.4 g
7/2 16:00	3	木	ぶたにくのしょうがやき はくさいのしおこんぶあえ ちくわに あまからにくだんご・フルーツ	乳・小麦・大豆	豚肉・玉ねぎ・生姜・白菜・塩昆布・竹輪・人参・ミートボール・フルーツ	242Kcal 9.9 g
7/3 16:00	4	金	ハムポテトサラダフライ ちんげんさいのいためもの キャベツのコーンサラダ ウインナー・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	ハムポテトサラダフライ・青梗菜・人参・キャベツ・玉ねぎ・コーン・ハム・ウインナー・フ ルーツ	208Kcal 5.8 g
7/4 16:00	5	土	ぶたにくときくらげのたまごいため しょうがきょうざ シルバーサラダ たまねぎぼう・フルーツ	卵・小麦・大豆	豚肉・卵・筍・玉ねぎ・木耳・ピーマン・生姜・生姜餃子・春雨・コーン・きゅうり・た まねぎ棒・フルーツ	209Kcal 8.3 g
7/4 16:00	7	月	いろどりやさいのつくねまき ナポリタン ひじきに さくらしゅうまい・フルーツ	乳・小麦・大豆	彩り野菜のつくね巻き・パスタ・玉ねぎ・ハム・パセリ・ひじき・人参・油揚げ・さくら焼 売・フルーツ	164Kcal 5.2 g
7/7 16:00	8	火	トマトのピザはるまき あおなのソテー むしどりとだいにこんのサラダ ウインナー・フルーツ	乳・小麦・大豆	トマトのピザ春巻き・小松菜・玉ねぎ・鶏肉・大根・胡瓜・白ごま・ウインナー・フ ルーツ	152Kcal 4.4 g
7/2 16:00	9 パンの日	水	こんさいハンバーグ バーベキューソース マカロニサラダ にんじんのしりしり あつやきたまご・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	根菜入りハンバーグ・マカロニ・ピーマン・ハム・人参・ツナ・卵・フルーツ	274Kcal 9.6 g
7/9 16:00	10	木	コロッケ コールスローサラダ がんもに ミニバーグ・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	コロッケ・キャベツ・胡瓜・コーン・がんも・人参・ミニバーグ・フルーツ	266Kcal 6.9 g
7/10 16:00	11	金	とりにくのてりやき あおなのいためもの エビいりすいぎょうざ オムレツ・フルーツ	乳・卵・小麦・えび・大豆	鶏肉・しろ菜・玉ねぎ・えび入り水餃子・卵・フルーツ	153Kcal 9.2 g
7/11 16:00	14	月	お楽しみ給食 マーボーどん ゼリー	小麦・大豆	豚肉・ネギ・豆腐・グリーンピース・ゼリー	250Kcal 5.6 g
7/14 16:00	15	火	こんさいつくね ちゅうかあん こまつなのいためもの とりさつまあげ あつやきたまご・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	根菜入りつくね・白菜・玉ねぎ・人参・椎茸・小松菜・鶏さつまあげ・卵・フルーツ	246Kcal 10.9 g
7/15 16:00	16	水	チキンなんぼん タルタルソース だいにこんのナムル がんもに オムレツ・フルーツ	卵・小麦・かに・大豆	鶏肉・玉ねぎ・ピクルス・パセリ・大根・かに風味かまぼこ・コーン・白ごま・がんも・人 参・卵・フルーツ	358Kcal 12.6 g
7/10 16:00	17 パンの日	木	ハンバーグ トマトソース やきビーフン オニオンリング ポテトサラダ・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	ハンバーグ・玉ねぎ・トマト・ピーマン・キャベツ・人参・ニラ・木耳・生姜・ポテトサ ラダ・フルーツ	209Kcal 5.2 g
7/17 16:00	18	金	おやこかつに しろなのいためもの きりぼしだいにこんのあえもの はなさつま・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	チキンカツ・玉ねぎ・卵・グリーンピース・しろ菜・人参・切干大根・花天・フルーツ	220Kcal 10.1 g
7/18 16:00	19	土	にくだんこのあますあん コールスローサラダ さつまいものレモンあん あつやきたまご・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	ミートボール・筍・玉ねぎ・木耳・ピーマン・キャベツ・胡瓜・コーン・さつまいも・レモ ン・卵・フルーツ	194Kcal 6.8 g
	21	月	うみの日			
7/18 16:00	22	火	とりてん あまからあん シルバーサラダ エビいりすいぎょうざ たまねぎぼう・フルーツ	卵・小麦・えび・大豆	鶏肉・春雨・ハム・コーン・えび入り水餃子・たまねぎ棒・フルーツ	251Kcal 10.2 g
7/22 16:00	23	水	やさきにいため ひじきとコーンのサラダ ミートボール にんじんのしりしり・フルーツ	乳・小麦・大豆	豚肉・玉ねぎ・人参・生姜・ひじき・コーン・白ごま・ミートボール・ツナ・フルーツ	238Kcal 9.2 g
7/23 16:00	24	木	からあげ きりぼしだいにこんに しろなのいためもの オムレツ・フルーツ	卵・小麦・大豆	鶏肉・切干大根・人参・油揚げ・昆布・しろ菜・玉ねぎ・卵・フルーツ	220Kcal 10.4 g
7/24 16:00	25	金	メンチカツ さんさいスパゲティ しゅうまい ポテトサラダ・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	メンチカツ・パスタ・山菜・焼売・ポテトサラダ・フルーツ	251Kcal 7.4 g
7/25 16:00	28	月	てりやきチキン ナポリタン だいにこんサラダ えだまてん・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	鶏肉・パスタ・玉ねぎ・ハム・パセリ・大根・コーン・枝豆さつまあげ・フルーツ	184Kcal 7.9 g
7/28 16:00	29	火	カニクリームコロッケ チンゲンサイのいためもの ポテトサラダ あつやきたまご・フルーツ	乳・卵・小麦・かに・大豆	カニクリームコロッケ・青梗菜・人参・ポテトサラダ・卵・フルーツ	176Kcal 4.1 g
7/29 16:00	30	水	やさいとうふハンバーグ バーベキューソース チャプチェ がんもに はながたさつま・フルーツ	卵・小麦・大豆	野菜豆腐ハンバーグ・春雨・白菜・人参・ニラ・椎茸・生姜・がんも・花天・フルーツ	193Kcal 10.3 g
7/30 16:00	31	木	イタリアントマトフライ いなか はくさいのごますあえ しょうがてん・フルーツ	乳・卵・小麦・大豆	イタリアントマトフライ・大根・人参・椎茸・白菜・白ごま・生姜天・フルーツ	229Kcal 5.7 g

★お願い：メニューの内容は都合により変更する場合があります。予めご了承ください。