



# 献立表



予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきませんのでご了承ください。）

小学校、中学校、高校用

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5 <b>七夕給食</b>
	ご飯 牛乳 揚げだし豆腐 和風マカロニサラダ みそ汁（えのきたけ）	ご飯 牛乳 バジルチキン コールスローサラダ ラビオリスープ	ご飯 牛乳 ホキのゆずみそ焼き ゆかり和え すまし汁（ふなしめじ、豆腐）	ご飯 牛乳 焼きつくね 五目きんぴら みそ汁（白菜）	七夕そうめん 牛乳 お星さまコロック
体温や 働く力	ご飯、マカロニ	ご飯、ラビオリ	ご飯	ご飯	そうめん
からだ を作る	豆腐、ハム、かつお節、牛乳	鶏肉、ハム、牛乳	ホキ、かつお節、豆腐、牛乳	鶏肉、豚肉、大豆、牛乳	えび、かまぼこ、鶏卵、牛乳
調子を 整える	しいたけ、パプリカ、枝豆、 チンゲン菜、えのきたけ、 大根、にんじん	キャベツ、きゅうり、 にんじん、とうもろこし、 玉ねぎ、トマト	白菜、ほうれん草、みつば、 ふなしめじ	ごぼう、さやいんげん、 にんじん、白菜、玉ねぎ、 れんこん、長ねぎ	オクラ、にんじん、長ねぎ
	8 <b>北海道産ほたて給食</b>	9	10 <b>元気くんの日</b>	11	12
	チキンカレー 牛乳 <b>ほたてフライ（1人3個）</b> みかんゼリー	プレーンパン 牛乳 ほうれん草オムレツ コンソメサラダ クリームシチュー	<b>元気くんご飯</b> 牛乳 ちくわ磯辺天ぷら ブロッコリーのおかか和え すまし汁（まめふ、つと）	ご飯 牛乳 豆腐ハンバーグ 根菜のコロコロ炒め みそ汁（ふなしめじ）	みそラーメン 牛乳 焼きぎょうざ（1人2個）
体温や 働く力	ご飯、はと麦、じゃがいも	プレーンパン、じゃがいも	ご飯、まめふ	ご飯、じゃがいも	ラーメン
からだ を作る	鶏肉、ほたて、牛乳	鶏卵、鶏肉、牛乳	大豆、昆布、ひじき、小桜えび、 ちくわ、かつお節、つと巻き、牛乳	豆腐、鶏肉、ウィンナー、 牛乳	豚肉、鶏肉、牛乳
調子を 整える	玉ねぎ、にんじん、みかん	キャベツ、玉ねぎ、きゅうり、 とうもろこし、ブロッコリー、 にんじん、ほうれん草	にんじん、さやえんどう、 ブロッコリー、長ねぎ	大根、とうもろこし、 グリーンピース、ふなしめじ、 にんじん、玉ねぎ	もやし、チンゲン菜、玉ねぎ、 にんじん、長ねぎ、にら、 キャベツ
	15 <b>海の日</b>	16	17	18	19
	ご飯 牛乳 ケチャップ肉団子（1人2個） フレッシュサラダ コンソメスープ（玉ねぎ）	ご飯 牛乳 ポークチャップ マセドアンサラダ コンソメスープ（ふなしめじ）	ご飯 牛乳 赤魚の塩こうじ焼き なめだけ和え みそ汁（小松菜）	かわりピビンパ丼 牛乳 チョコギサラダ わかめスープ	五目うどん 牛乳 野菜かき揚げ
体温や 働く力	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	うどん
からだ を作る	鶏肉、豚肉、ベーコン、牛乳	鶏肉、豚肉、牛肉、牛乳	赤魚、かつお節、こうや豆腐、 牛乳	豚肉、牛肉、わかめ、牛乳	鶏肉、牛乳
調子を 整える	キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、 にんじん、エリンギ、 とうもろこし	白菜、ほうれん草、大根、 えのきたけ、小松菜、 にんじん	ほうれん草、もやし、 にんじん、切り干し大根、 キャベツ、長ねぎ	小松菜、にんじん、玉ねぎ、 長ねぎ、ごぼう、春菊	
	22	23	24	25	26
	ご飯 牛乳 から揚げ 切り干し大根の炒め煮 みそ汁（油揚げ）	クロワッサン 牛乳 ポークチャップ マセドアンサラダ コンソメスープ（ふなしめじ）	ご飯 牛乳 さばのカレー煮 大根サラダ すまし汁（わかめ、豆腐）	青菜ご飯 牛乳 厚焼き玉子 ゆで豚の和風サラダ みそ汁（まめふ）	スパゲッティペロンチーノ 牛乳 マンゴーミルクデザート
体温や 働く力	ご飯	クロワッサン、じゃがいも	ご飯	ごはん、まめふ	スパゲッティ
からだ を作る	鶏肉、さつま揚げ、豚肉、 油揚げ、牛乳	豚肉、ハム、チーズ、牛乳	さば、わかめ、豆腐、牛乳	鶏卵、豚肉、わかめ、牛乳	ベーコン、牛乳
調子を 整える	切り干し大根、にんじん、 長ねぎ	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、 ピーマン、しいたけ、 きゅうり、ふなしめじ	大根、きゅうり、にんじん、 長ねぎ	大根葉、キャベツ、玉ねぎ、 ピーマン、にんじん、長ねぎ	玉ねぎ、ほうれん草、みかん、 パイナップル、ナタデココ

体温や  
働く力

からだ  
を作る

調子を  
整える

## ★7月5日は、七夕(たなばた)給食です★

毎年7月7日は七夕です。七夕は、織姫（おりひめ）と彦星（ひこぼし）が天の川を渡って、一年に一度だけ会える日です。短冊に願い事を書いて笹竹に飾り付けると願いがかなうと言われています。

また、七夕の行事食は意外に知られていませんが、そうめんです。そうめんは暑さで食欲が減退しているこの時期にぴったりで、天の川や織姫の織り糸に見立てられます。給食では5日（金）に七夕給食を実施します。星形にくり抜いたにんじんやオクラなどが入った七夕そうめんと、星形のコロックが登場しますので、お楽しみに♪



## ★北海道産のほたてが 無償提供されました★

中国が日本の水産物輸入を全面的に禁止したこと  
で、北海道産水産物の消費拡大が必要とされていま  
す。その状況を打破すべく、北海道漁業協同組合  
連合会と北海道水産物流通振興局、道内の小中学校  
課が連携し、国の補助金を活用して道内の小中学校  
等向けに学校給食提供事業を実施することにしま  
す。本別町も学校給食への無償提供を希望し、  
今回はほたてフライを提供していただきました。  
給食では、8日（月）にカレーのトッピングとして  
提供します。ぜひこの機会に、北海道産ほたてを感  
謝して味わって食べてください。