

令和 7年 7月



給食献立表



月	火	水	木	金	土	日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	ごはん 234kCal 豆腐ハンバーグ 147kCal きんぴら野菜 57kCal わかめの味噌汁 47kCal	ごはん 234kCal 白身フライ 180kCal マカロニサラダ 80kCal 豆腐の味噌汁 44kCal	ごはん 234kCal 衣笠丼の具 228kCal ひじき煮 33kCal コロッケ(小鉢) 49kCal コンソメスープ 35kCal	焼きそば 208kCal 酢の物 20kCal ちくわ磯辺揚げ 30kCal すまし汁 23kCal	ごはん 234kCal から揚げ 353kCal マカロニサラダ 80kCal 豆腐の味噌汁 44kCal	★休日★
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
セタそうめん 62kCal ミートボール 67kCal 和風サラダ 35kCal ゼリー 32kCal	ごはん 234kCal 鶏の生姜焼き 258kCal 小松菜のお浸し 45kCal すまし汁 23kCal	ごはん 234kCal あんかけ豆腐 170kCal もやしのナムル 17kCal きのこの味噌汁 47kCal	和風パスタ 124kCal かぼちゃサラダ 47kCal 酢の物 20kCal コンソメスープ 35kCal	ごはん 234kCal チキン南蛮 220kCal ポテトサラダ 32kCal 豆腐のみそ汁 44kCal	ごはん 234kCal ハヤシライス 179kCal コールスロー 23kCal ゼリー 32kCal コンソメスープ 35kCal	★休日★
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
ごはん 234kCal 鶏肉のさっぱり煮 108kCal キャベツサラダ 67kCal なめこ汁 32kCal	クリームパスタ 324kCal ポテトサラダ 32kCal トマトスープ 90kCal パナナ 42kCal	ごはん 234kCal 肉じゃが 223kCal ほうれん草のお浸し 45kCal すまし汁 23kCal	ごはん 234kCal マーボー豆腐 232kCal 中華サラダ 25kCal かきたま汁 42kCal	ごはん 234kCal 親子丼の具 196kCal かぼちゃの煮物 47kCal じゃが芋の味噌汁 41kCal パナナ 42kCal	ごはん 234kCal メンチカツ 254kCal もやしのナムル 17kCal 豆腐の味噌汁 44kCal	★休日★
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
ごはん 234kCal シチュー 146kCal チリコンカン 53kCal パナナ 42kCal	枝豆ごはん 234kCal きんぴら野菜 57kCal ミートボール 67kCal 豆腐のみそ汁 44kCal	ナポリタン 429kCal コロッケ 98kCal コールスロー 23kCal すまし汁 23kCal	ごはん 234kCal 中華丼の具 93kCal もやしのナムル 17kCal パナナ 42kCal コーンスープ	ごはん 234kCal 豆腐チャンブル 206kCal 酢の物 20kCal キャベツの味噌汁 38kCal	ちゃんぽん 271kCal 春巻き 54kCal 酢の物 20kCal ゼリー 32kCal	★休日★
28日	29日	30日	31日			
ごはん 234kCal カレーの具 158kCal マカロニサラダ 80kCal コンソメスープ 35kCal	ごはん 234kCal 酢どり 184kCal ナムル 17kCal わかめスープ 10kCal	ごはん 234kCal そぼろ丼の具 169kCal 大豆の五目煮 104kCal 野菜の胡麻和え 20kCal 玉ねぎの味噌汁 47kCal	ごはん 234kCal あんかけ白身フライ 109kCal 春雨サラダ 28kCal すまし汁 23kCal			