



7月予定献立表

今月の目標：衛生に気を付けて食べよう。

今月の船橋産の旬の食材

えだまめ



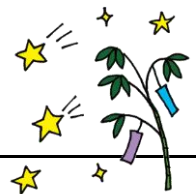
令和8年度

船橋市立行田東小学校

実施日	献立名	牛乳	主な材料とその働き						エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	糖質(g)	塩分(食塩相当量)(g)
			血・肉・骨になるもの	体の調子をとるもの	腸や力になるもの	(あかのたべもの)	(みどりのたべもの)	(さいろのたべもの)				
1	水 ごはん あじフライ 磯香和え 豚汁	○	まあじのり ぶたにく あぶらあげ どうぶ	みそ	こまつな もやし にんじん	えのき ごぼう	だいこん ねぎ	こめ ごぼう パンコ	623	28.2	19.8	1.9
◆◆◆7月2日は半夏生です。稲の穂が根付きますようにという願いをこめて「たこ」を食べる習慣があります。◆◆◆												
2	木 たこ枝豆のごはん 白身魚とじゃが芋の揚げ煮 沢煮焼 メロン	○	まいたけ かつおぶし メルルーサ	ぶたにく	しょうが えんどう にんじん	さやいんげん ごぼう しいたけ	だいこん たけのこ いとみつば メロン	こめ もちげんまい ごま でんぶ	628	28.0	19.2	1.9
3	金 二色揚げパン ポークビーンズ 小松菜のバター醤油ソテー パナナ	○	きんご しょうが ベーコン ぶたにく	もやし さきわかめ	にんにく たまねぎ にんじん トマトかん	さやいんげん コーンかん ごまつな	もやし パチナ	コーンパン あぶら さとう	622	28.5	20.3	1.8
◆◆◆「船橋産の旬の食材」を食べて知る日 今月は「えだまめ」です。船橋のえだまめを味わって食べましょう。2年生「枝豆もぎ」お手伝い◆◆◆												
6	月 麻婆豆腐丼 あべかわいも 枝豆の塩ゆで わかめスープ	○	どうぶ ぶたにく みそ	きんご わかめ どりにく	にんにく しょうが ほししいたけ	たけのこ ごぼう たまねぎ	たら えのき えのき ごまつな	さとう あぶら ごま あぶら	620	26.6	19.8	1.6
7	火 バターしょうゆフライ し「どが」の「けっく」あえ 春雨とわらの天の「スー」冷凍みかん	○	ぶたレバー みそ どりにく	どうぶ	コーンかん ごぼう れんこん	しょうが たけのこ	こまつな ねぎ れいどうみかん	こめ バター じゃがいも あぶら はくどうはるさめ	645	23.1	17.8	1.7
◆◆◆1年生「どうもろこしの皮むき」お手伝い◆◆◆												
8	水 タコライス ゆでどうもろこし オニオンスープ グレーゼリー	○	ぶたにく レンズまめ チーズ	ベーコン かんてん	にんにく しょうが にんじん トマト	レタス どうもろこし マッシュルーム	ぶどうジュース	こめ もちげんまい あぶら さとう	630	26.1	19.8	1.3
9	木 ぜんまい 玄米入りごはん 酢豚 うずら卵(酢豚にトッピング) キャベツと小松菜のスープ	○	ぶたにく うずらたまご どりにく	レンズまめ わかめ	しょうが たまねぎ あおピーマン	にんにく しょうが たけのこ	にんじん パインかん キャベツ ごまつな	こめ もちげんまい でんぶ	633	24.2	20.7	1.8
◆◆◆納豆の日～納豆和え◆◆◆												
10	金 ごはん ししゃもの高煮揚げ 納豆和え たつぷり野菜の味噌汁 パナナ	○	じししゃも きりたんぽこ あおのり かつおぶし	どうぶ みそ	にんじん ごぼう はくさい	だいこん コーンかん	ねぎ パチナ	こめ でんぶ あぶら	657	27.7	20.1	1.9
13	月 二色サンド (ハム&ジャムバナナ) マカロニソテー	○	ハム ぶたにく ウィンナー	さつまあげ あけがし やきちくわ	いちごジャム バナナ サラダ	にんじん グリーンピース	マッシュルーム あおピーマン にんにく	ごぼうしょうゆ しょうゆ パター	629	26.4	20.8	2.1
14	火 ソフト麺 ツナトマトソース りんごの米粉蒸しパン フライドポテトサラダ	○	ベーコン ツナ チーズ	どうぶ どうぶ	にんにく しょうが たまねぎ	にんじん トマト	りんごかん レタス きゅうり	ソフトめん バター あぶら	635	22.7	20.2	1.9
◆◆◆7・8月まれ お誕生日お祝いメニュー・5-1リクエスト給食～ルバーブ汁～ 5-2リクエスト給食～夏野菜米粉のチキンカレーライス～◆◆◆												
15	水 夏野菜 米粉炒めカレーライス ツナとキャベツの汁 スイカ入りルバーブ汁	○	むりにく レンズまめ チーズ	ヨーグルト ツナ くまわかめ	たまねぎ しょうが にんじん かぼちゃ あじどうかん	なす ステーキ トマト りんご えだまめ れんこんしょう	もやし キャベツ ごまつな すいか みかんかん	こめ あぶら さとう	644	25.5	16.7	1.6
◆◆◆土用の丑メニュー(今年の土用の丑の日は7月26日です)◆◆◆												
16	木 うな玉丼 きゅうりの酢じょうゆあえ けんちん汁 すいか	○	うなぎ あなご たまご	むりにく あぶらあげ どうぶ	たまねぎ にんじん グリーンピース ほししいたけ	きゅうり だいこん えのき すいか	ねぎ ごまつな すいか	こめ さとう ごま あぶら ごま	621	26.0	18.8	1.7

☆材料の都合により 献立を変更することがあります。
☆6年生は2日(木)は校外学習のため給食はありません。

☆6日(月)2年 枝豆もぎ体験
☆8日(水)1年 どうもろこし皮むき体験



【お知らせとお願い】

・給食当番について

発熱・嘔吐・下痢等の症状がある場合、胃腸炎等の場合には当番を行うことができません。お子様から学級担任に伝えていただくか、保護者の方から担任までお知らせいただくようお願いいたします。また当番は必ずマスクを着用します。準備をお願いします。着用して登校している場合には、新しいものを用意していただく必要はありません。

・給食停止について

けがや病気等で長期欠席し3日以上連続して給食を食べない場合には、給食を停止します。
船橋市のホームページから届け出用紙をプリントアウトするか、担任までお申し出ください。
届け出は土日祝日を除く4日前までに学校へ提出をしてください。受理した翌日から4日目に給食を停止します。

・児童用の白衣について

7月の給食は、16日(木)で終了です。ご協力ありがとうございました。
9月2日(水)より給食開始です。白衣・帽子は洗濯をしてアイロンがけをお願いします。
ほころびやボタン付け等の繕いにご協力をお願いします。
9月1日(火)に必ず持たせるようお願いいたします。