



2023年 7月 学校給食献立表



☆夏の食事について知ろう☆

高取町立学校給食センター（幼稚園・小学校）

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
3月	むぎごはん（カレーざら）	○	牛乳	精白米, 精麦	たまねぎ, にんじん, かぼちゃ, なす, トマト, 赤アブラ, りんごピューレ 福神漬 ハイアツル缶詰, みかん缶詰, 黄桃缶詰
	なつやさいカレー		豚ひき肉	じゃがいも, 米油	
	ふくじんづけ				
	フルーツカクテル			カクテルゼリー	
4火	コッペパン マーマレード	○	牛乳	コッペパン, マーマレード	ブロッコリー レタス, たまねぎ, にんじん, えのきたけ, 青ねぎ
	わかどりのハーブやき		若鶏ハーフ 漬け		
	ゆでブロッコリー（マヨネーズこぶくろ）			マヨネーズ(全卵型)	
	レタスのスープ		ベーコン, カットワカメ		
5水	むぎごはん（どんぶり）	○	牛乳	精白米, 精麦	にんにく, しょうが, たけのこ, もやし, にんじん, にら, たまねぎ ほうれん草, にんじん きざみたくあん
	スタミナどん		豚肉	砂糖, 白いりごま, でん粉, 米油, ごま油	
	ほうれん草のおひたし		かつお節	白すりごま, 砂糖	
	きざみたくあん				
6木	ホットドック（ウインナー キャベツカレーソーテーをはさみましよう） やさいたっぷりスープ ミルクマークコーヒー	○	ポークウインナー	コッペパン, 米油	たまねぎ, キャベツ かぼちゃ, にんじん, 小松菜, 干しいたけ, たまねぎ ミルクマーク-液体
			ベーコン		
7金	七夕献立（たなばたごんだて） ごはん ちくわのいそべあげ たなばたじる のりのつくだに たなばたゼリー	○	牛乳	精白米	天ぷら粉, 米油 そうめん 七タゼリー
			焼き竹輪, あおのり		
			鶏肉, かまぼこ, 油揚げ, だしパック		
			のりの佃煮		
10月	ごはん あじなめろうフライ きゅうりのすのもの だいこんのみそしる	○	牛乳	精白米	米油 白いりごま, 白すりごま, 砂糖 きゅうり 大根, にんじん, 青ねぎ
			あじなめろうフライ		
			ちりめんじゃこ, カットワカメ		
			油揚げ, みそ, だしパック		
11火	コッペパン しろみざかなのマヨネーズやき コンソメスープ ブルーベリージャム	○	牛乳	コッペパン	卵不使用マヨネーズタイプ たまねぎ, にんじん キャベツ, たまねぎ, にんじん ブルーベリージャム
			白糸タラ, ピザチーズ		
			ベーコン		
12水	ごはん ぶたじゃが はくさいのごまあえ ふりかけ	○	牛乳	精白米	じゃがいも, 砂糖 白いりごま, 白すりごま, 砂糖 ふりかけ にんじん, たまねぎ, カットいんげん 白菜, にんじん
			豚肉		
13木	セルフツナサンド（パンに ツナサラダをはさみましよう） もずくスープ マフィン	○	牛乳, マグロ水煮	コッペパン, 卵不使用マヨネーズ	たまねぎ, キャベツ, きゅうり にんじん, たまねぎ, えのきたけ お米deマフィン
			豚肉, もずく, 絹豆腐		
14金	ごはん ポークコロケ きんぴらごぼう かぼちゃのみそしる	○	牛乳	精白米	ポークコロケ, 米油 白いりごま, 白すりごま, 砂糖, ごま油 ごぼう, つきこんにゃく, にんじん かぼちゃ, たまねぎ, えのきたけ, 青ねぎ
			鶏肉		
			みそ, だしパック		
18火	コッペパン しろみざかなのからあげ マカロニサラダ ぶたにくとトマトのスープ	○	牛乳	コッペパン	唐揚げ粉, でん粉, 米油 マカロニ, 卵不使用マヨネーズ じゃがいも キャベツ, きゅうり トマト, にんじん, たまねぎ, 小松菜
			いさき切り身		
			豚肉		

☆奈良県でつくられた食材（米、こまつな、そうめん）

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

☆高取町の食材（みそ、青ねぎ）