令和7年度　　7月分小学校予定献立表（詳細）

No.1

1学期の基準は西館です。
東館は日付順に並んでおりません。ご注意ください。

色かけの食品は7月の配合表をご覧下さい。
その他の加工品は年間の配合表をご覧ください。

原材料100%の食品は、配合表を載せていない場合があります。

東	7月2日（水）		東	7月3日（木）		東	7月4日（金）		東	7月1日（火）	
西	7月1日（火）		西	7月2日（水）		西	7月3日（木）		西	7月4日（金）	
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
ご飯	白飯	75	ご飯	白飯	75	パン	コッペパン	50	トマトカレー	麦ご飯	65
なめこの味噌汁	木綿豆腐	20	水餃子	水餃子	30	コンソメスープ	鶏むね肉	15		鶏むね肉	25
	刻み油揚げ	5		人参	10		人参	10		人参	10
	なめこ（水煮）	25		しめじ	5		玉葱	20		玉葱	25
	小松菜	15		緑豆もやし	15		じゃが芋	20		じゃが芋	10
	長葱	10		青梗菜	15		白いんげん豆	7		小松菜	15
	かつおだし	1		中華用スープストック	0.5		コンソメ	1		にんにく	0.5
	白味噌	3		醤油	1		白こしょう	0.02		生姜	0.5
	赤味噌	5		白こしょう	0.02		食塩	0.9		トマト	10
	水	120		食塩	0.2		水	125		ホールトマト（缶詰）	15
				水	125					カレールー	16
揚物	お魚カツ	50				ハンバーグのホワイトソースがけ	ハンバーグ	50		脱脂粉乳	2
	なたね白絞油	5	焼物	チヂミ	40		玉葱	5		ウスターソース	3.2
	中濃ソース	2.5					しめじ	3		トマトケチャップ	3
			鶏肉と大豆の炒め物	鶏もも肉	20		白ワイン	0.5		レバーそぼろ	3
肉野菜炒め	豚肩肉	20		大豆	20		スープストック	0.2		カレー用スパイス	0.02
	キャベツ	20		玉葱	13		牛乳	3		なたね油	0.5
	玉葱	15		赤ピーマン	5		ベシャメルソース	2		水	65
	人参	5		酒	0.3		食塩	0.02			
	生姜	0.2		オイスターソース	0.3		水	3	焼物	蓮根のはさみ焼き	40
	酒	0.7		白こしょう	0.01		なたね油	0.2			
	みりん	0.5		醤油	2				コロコロきゅうり	きゅうり	45
	砂糖	0.3		ごま油	0.2	ツナとマカロニのソテー	マカロニ	13		たまねぎドレッシング	5
	醤油	3		なたね油	0.3		ツナ（缶詰）	10			
	なたね油	0.3					とうもろこし	10			
							人参	5			
							ピーマン	5			
							コンソメ	0.1			
							醤油	0.4			
							白こしょう	0.01		≪丹後小リクエスト献立≫	
							食塩	0.2			
						添加物	ブルーベリーとマーガリン	9			

東	7月7日（月）		東	7月9日（水）		東	7月10日（木）		東	7月11日（金）		東	7月14日（月）	
西			西	7月8日（火）		西	7月9日（水）		西	7月10日（木）		西	7月11日（金）	
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
ご飯	酢飯	75	醤油ラーメン	中華麺	80	ご飯	白飯	75	パン	はちみつパン	50	ご飯	白飯	75
五目散らしの具	鶏もも肉	17		豚肩肉	20	冬瓜の味噌汁	冬瓜	25	ソーセージのスープ	レバー入りウインナー	20	酢鶏	酢鶏用唐揚げ	45
	人参	10		なると	7		鶏むね肉	15		じゃが芋	15		なたね白絞油	4.5
	竹の子	8		にんにく	0.5		人参	10		人参	10		人参	20
	椎茸（水煮）	5		生姜	0.5		長葱	15		玉葱	15		玉葱	35
	刻み油揚げ	5		人参	7		椎茸（水煮）	5		セロリー	5		ピーマン	5
	さやいんげん	4		とうもろこし	8		小松菜	10		白いんげん豆	8		竹の子	15
	砂糖	1.5		メンマ	5		かつおだし	1		キャベツ	10		じゃが芋	15
	和風だし	0.1		きくらげ	0.3		白味噌	4		スープストック	1		椎茸（水煮）	5
	みりん	0.6		緑豆もやし	10		赤味噌	4		白こしょう	0.02		米酢	2
	醤油	3		長葱	15		水	100		食塩	0.3		醤油	6
	食塩	0.1		にら	7					水	110		食塩	0.1
	水	4		なたね油	0.5	白身魚のごまだれがけ	白身魚の天ぷら	50					砂糖	2.4
				中華用スープストック	0.5		にんにく	0.1	焼物	コロッケ	55		でん粉	1.5
七夕汁	人参	10		がらスープ（チキン）	5		生姜	0.1		中濃ソース	2.5		トマトケチャップ	8
	大根	15		醤油	7		白すりごま	0.8					ごま油	0.3
	かまぼこ	8		白こしょう	0.02		砂糖	0.7		鶏むね肉	10		なたね油	0.5
	そうめん	6		食塩	0.2		酒	1.2	夏野菜のアーリオオーリオ	揚げなす	15		水	40
	長葱	10		水	130		醤油	1.8		赤ピーマン	8			
	オクラ	5					でん粉	0.3		ズッキーニ	8	春雨サラダ	春雨	5
	小松菜	15	中華風オムレツ	ベーコンオムレツ	50		水	2		とうもろこし	8		人参	5
	醤油	2		砂糖	1					さやいんげん	10		キャベツ	10
	食塩	0.25		酒	0.2		豚肩肉	12		にんにく	0.3		緑豆もやし	10
	かつおだし	1		醤油	1.5		押し豆腐	15		白こしょう	0.01		中華ドレッシング	5
	水	140		米酢	1		にら	7		コンソメ	0.1			
				でん粉	0.3		炒り卵	10		食塩	0.2	添加物	パック小魚	5
焼物	子持ちししゃもフリッター	20		水	5	ゴーヤチャンプルー	緑豆もやし	15		なたね油	0.3			
	（1～4年1本、5・6年2本）						にがうり	5						
			ひじきと大豆のサラダ	大豆	8		なたね油	0.5						
				ひじき	1.1		醤油	2.5						
デザート	七夕ゼリー	40		キャベツ	20		かつお節	0.5						
				玉葱	10									
	≪七夕献立≫			エッグケア	6									
				≪早稲田小リクエスト献立≫										

令和7年度　　7月分小学校予定献立表（詳細）

東	7 月 8 日 （火）		東	7 月 15 日 （火）	
西	7 月 14 日 （月）		西		
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
ご飯	白飯	75	ご飯	キャロットピラフ	75
沢煮椀	豚肩肉	15	ABCスープ	ショルダーベーコン	15
	人参	10		マカロニ	5
	大根	20		人参	10
	ごぼう	10		玉葱	15
	長葱	10		キャベツ	20
	小松菜	15		小松菜	15
	かつおだし	1.2		スープストック	1.2
	酒	1		食塩	0.5
	醤油	4		白こしょう	0.02
	食塩	0.4		水	130
	水	100			
焼物	いかの天ぷら	50	焼物	あぶり焼きチキン	35
スタミナ炒め	鶏もも肉	20	カクテルフルーツポンチ	カクテルゼリー	35
	大豆もやし	15		黄桃（シロップ漬）	20
	玉葱	15		パインアップル（シロップ漬け）	20
	黄ピーマン	5		パインアップル缶汁	15
	ピーマン	5			
	生姜	0.2			
	にんにく	0.2			
	白炒りごま	0.6			
	酒	0.7			
	醤油	2.5			
	なたね油	0.3			
添加物	パック天つゆ	10			
				≪お楽しみ献立≫	