

# 7月こんだてひょう

令和6年  
おおいけりつなかつしえんがっこう  
大分県立中津支援学校

日	曜日	主食	牛乳	献立名	献立について	主な材料			エネルギー キール kcal
						主に血や肉や骨になる	主に熱や力のもとになる	主に体の調子を整える	
1	月	 ごはん	牛乳	夏の豚汁 ブリの照り焼き タコ入り酢の物	【タコのすのもの】 県産のタコを使った酢 のものです	牛乳,ぶたにく,とう ふ,みそ,ぶり,たこ, わかめ	ごはん,じゃがいも, さとう,はるさめ,ご ま	かぼちゃ,なす,にんじん, キャベツ,にら,きゅうり	690
2	火	 ミニコッペパン	牛乳	カレーうどん キャベツのサラダ 牛乳ゼリー	【給食変更】学校休校 の影響で献立が変更に なりました。これは変更 後の献立です	牛乳,ぶたにく,か まぼこ,ロースハム	コッペパン,うどん, オリーブ油,	にんじん,たまねぎ,きゅう り,キャベツ,しめじ	699
3	水	 ごはん	牛乳	わかめスープ ヤンニョムチキン ナムル	【ヤンニョムチキン】 韓国風のとりから揚げ です。甘辛いタレをから めています	牛乳,わかめ,とう ふ,とりにく	ごはん,ごま,ごま 油,油,さとう	ねぎ,たまねぎ,ほうれんそ う,もやし,きりぼしだいこ ん,にんじん	695
4	木	 黒糖パン	牛乳	ラビオリ入りミネストローネ タラのチーズマヨ焼き きゅうりのゆかりあえ	【ラビオリ入りミネスト ローネ】ラビオリは、中に 具を入れたパスタです	牛乳,ベーコン,た ら,チーズ	黒糖パン,じゃがい も,ノンエッグマヨ ネーズ	たまねぎ,キャベツ,にんじ ん,セロリ,トマト,きゅうり	725
5	金	 チキンライス	牛乳	天の川汁 豆腐と野菜のごまサラダ オムレツ	【天の川汁】 細長いひやむぎで川 を、オクラで星をイメー ジしています	牛乳,とりにく,か まぼこ,とうふ,たまご	ごはん,油,ひやむ ぎ,さとう,ごま,ごま 油	たまねぎ,にんじん,マッシュ ルーム,えだまめ,コーン,え のきたけ,オクラ,ほうれんそ う,キャベツ	647
8	月	 少な目ごはん	牛乳	とんこつラーメン 揚げぎょうざ のり酢あえ	【のり酢あえ】 キャベツ,ほうれん草の 酢の物に、焼きのりを混 ぜています	牛乳,やきぶた,ツ ナ,のり	ごはん,ちゅうかめ ん,ごま油,油	もやし,きくらげ,ねぎ,にん にく,ほうれんそう,キャベ ツ,にんじん	720
9	火	 パインパン	牛乳	ABCスープ きびなごのカレーマリネ	【ABCスープ】 アルファベットの形をし たマカロニが入った スープです	牛乳,ベーコン,だ いず,きびなご	コッペパン,じゃが いも,マカロニ,油, さとう	パイン,たまねぎ,キャベツ, にんじん,セロリ,トマト,ピー マン	690
10	水	 ご飯	牛乳	お野菜つみれのすまし汁 筑前煮 スタミナみそ	【スタミナみそ】 納豆と豚ミンチを炒め、 みそで味付けます。ごは んに合うおかずです	牛乳,つみれ,わか め,とうふ,とりにく, まるてん,なっとう, ぶたミンチ,みそ	ごはん,さといも,さ とう,油	たまねぎ,ねぎ,ごぼう,こん にやく,にんじん,さやいん げん,ほししいたけ	703
11	木	 ご飯	牛乳	豚肉とゴーヤの揚げ煮 なすのみそ汁 パイン	【豚肉とゴーヤの揚げ 煮】ゴーヤと豚肉を揚げ て、甘辛のタレでからめ ます	牛乳,ぶたにく,み そ	ごはん,油,さとう, ごま	ゴーヤ,しょうが,なす,たま ねぎ,にんじん,えのきたけ, ねぎ,パイン	710
12	金	 麦ごはん	牛乳	地産地消夏野菜カレー グリーンサラダ	【地産地消夏野菜カレ ー】中津市産や大分 県産の夏野菜をたくさ ん入れたカレーです	牛乳,ぶたにく,とう にゅう	むぎごはん,油, じゃがいも,さとう	にんにく,たまねぎ,かぼ ちゃ,ピーマン,にんじん,え だまめ,ブロッコリー,コー ン,キャベツ,きゅうり	747
16	火	 ソフトフランス	牛乳	(オリンピック給食:フランス) 魚のフライ ラタトゥイユソース キャロットスープ タルトシトロン(レモンタルト)	【オリンピック給食】 オリンピックの開催国 「フランス」風の料理を 作ります	牛乳,ホキ,ベーコ ン	ソフトフランス,油, オリーブ油,じゃが いも	たまねぎ,なす,ズッキーニ, ピーマン,トマト,にんじん, コーン	652
17	水	 ご飯	牛乳	キャベツのみそ汁 とりのからあげ 花野菜の甘酢あえ	【花野菜の甘酢あえ】 ブロッコリーとカリフラ ワーを酢、砂糖、食塩で あえます	牛乳,あつあげ,わ かめ,みそ,とりにく	ごはん,こむぎこ, 油,さとう	キャベツ,にんじん,ねぎ, しょうが,にんにく,ブロッコ リー,カリフラワー	718
18	木	 ウインナーパン	牛乳	具だくさんスープ サイダーゼリー	【サイダーゼリー】 果物の缶詰と、ソーダ味 のゼリーとサイダーを混 ぜています	牛乳,ウインナー, チーズ,とりにく	コッペパン,じゃが いも	にんじん,たまねぎ,キャベ ツ,コーン,ブロッコリー,み かん,パイン	686
19	金	 コーンライス	牛乳	ビーフストロガノフ オリヴィエサラダ	【オリヴィエサラダ】 角切りの野菜や肉をマ ヨネーズであえた伝統 的なロシア料理です	牛乳,ぎゅうにく,た まご,とりにく	ごはん,バター,じゃ がいも,ノンエッグ マヨネーズ	コーン,にんにく,にんじん, たまねぎ,マッシュルーム, しょうが,きゅうり	713

\*都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。