



令和3年 7月 献立表



犬山市立犬山北小学校

日 曜	こんだてめい 献立名	おもなざいりょうと そのほたらき					
		あか からだ 赤 体をつくる		みどり からだちようし 緑 体の調子をととのえる		き 黄 からだうご 体を動かすエネルギーになる	
		ぐん 1群	ぐん 2群	ぐん 3群	ぐん 4群	ぐん 5群	ぐん 6群
		きかな にく たまご だいず だいずせいひん 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	ぎゅうにゅう にゅうせいひん 牛乳・乳製品・ こざかな かいそう 小魚・海藻	りよくおしょうやくさい 緑黄色野菜	た やさい くだもの その他の野菜・果物・きのこ	こめ パン・めん・ いも さとう いも・砂糖	ゆし しじつ 油脂・種実
1 木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
	とりにくとじゃがいものあげに	とりにく				でんぷん ジャがいも さとう	あぶら
	こまつなのたくわんのあえ			こまつな	だいこん		ごま
	ふだまじる	とうふ かまぼこ		ねぎ にんじん	えのきたけ	まるふ	
2 金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
	ホイコーロー	ぶたにく ぶたレバー あかみそ		ピーマン	たまねぎ キャベツ にんにく きくらげ	さとう	あぶら
	かんてんいりちゅうかサラダ		いとかんてん	にんじん	きゅうり きりぼしだいこん コーン	さとう	ごまあぶら
	ごまだんご				あずき	もちごめ さとう	ごま あぶら
5 月	ナン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ナン	
	キーマカレー	ぶたにく だいず		にんじん トマト	たまねぎ グリンピース にんにく しょうが		
	ツナサラダ	ツナ			きゅうり キャベツ たまねぎ	さとう	あぶら
	すいか				すいか		
6 火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
	マーボーどうふ	ぶたにく とうふ だいず あかみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく	でんぷん さとう	ごまあぶら
	もやしのナムル			にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごまあぶら ごま
	てづくりまっちゃむしパン	とうにゅう		まっちゃ		こむぎこ さとう	あぶら
7 水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
	ハンバーグおろしポンず	とりにく ぶたにく			だいこん たまねぎ	さとう	
	やさいのしおこんぶあえ		こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり		
	みつばいりたなばたじる	うすらたまご かまぼこ あぶらあげ		にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	でんぷん	
たなばたゼリー					たなばたゼリー		
8 木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
	さけのみそマヨやき	さけ ミックスみそ		にんじん ピーマン	たまねぎ		
	とさあえ	ちくわ かつおぶし		ほうれんそう にんじん	はくさい きりぼしだいこん		
	なごやコーチンいりとうがんじる※	なごやコーチン		にんじん ねぎ	とうがん しいたけ しょうが	でんぷん	
9 金	ひやしちゅうか ぎゅうにゅう	やきぶた たまご	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ きゅうり しょうが	ちゅうかめん さとう	ごまあぶら
	スパイシーチキン	とりにく			にんにく	でんぷん	あぶら
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー	
12 月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
	さばのこうみソース	さば		ねぎ	しょうが	でんぷん さとう	あぶら
	きゅうりのすのもの		わかめ		きゅうり	さとう	
	とうにゅうみそしる	あぶらあげ とうにゅう ミックスみそ		にんじん ねぎ	はくさい きりぼしだいこん	こんにゃく	
13 火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
	ぶたキムチどん	ぶたにく かまぼこ		にんじん にら	はくさい たまねぎ きくらげ	こんにゃく さとう	あぶら
	わかめとたまごのスープ	やきぶた たまご	わかめ いとかんてん	にんじん ねぎ	えのきたけ たけのこ		
	れいとうみかん				みかん		
14 水	ミルクロール ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ミルクロールパン	
	とりにくのオーロラソース	とりにく	ぎゅうにゅう		トマト	こむぎこ	バター
	フレンチサラダ			にんじん	コーン きゅうり キャベツ	さとう	あぶら
	ジュリエヌスープ 	ベーコン 		にんじん パセリ	たまねぎ だいこん セロリー	じゃがいも	
レアチーズ 		チーズ					
15 木	ごもくごはん ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう しいたけ	むぎごはん さとう	あぶら
	レバーいりつくね	とりにく			たまねぎ	さとう	
	きゅうりのこんぶあえ		こんぶ		きゅうり		ごま
	すましじる	かまぼこ とうふ	わかめ	ねぎ にんじん	えのきたけ		
16 金	わかめごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう わかめ			ごはん	
	えだまめコロッケ				えだまめ たまねぎ	じゃがいも こむぎこ	あぶら
	きりぼしだいこんのおかかあえ	かつおぶし		にんじん	キャベツ きりぼしだいこん		
	なつやさいのみそしる	とうふ ミックスみそ		かぼちゃ にんじん	たまねぎ なす		
かきごおりソーダ					かきごおりソーダ		

※8日「名古屋コーチン」は「国産農林水産物等販路多様化緊急対策事業」によって、無償提供されたものを使用します。