

令和7年7月　こんだてひょう

犬山市立栗栖小学校

にち 日	よう 曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			からだをつく 体を作る		からだをようし　からだの 体の調子を整える		からだをうご 体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			さかなにく　たまごだいず　だいずまいいん 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	ぎゅうにゅうせいひんさかな　かいぼう 牛乳・乳製品・小魚・海藻	りよくおうしよくやさい 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・砂糖 米・パン・めん・いも・砂糖	あぶら　しほじつ 油脂・種実
1	火	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		たこやき	たこやき					
		きゅうりとわかめのすのもの		わかめ		きゅうり　きりぼしだいこん	さとう	
		ぐたくさんスタミナじる	ふたにく　とうふ あぶらあげ　あかみそ		にんじん　にら	たまねぎ　ごぼう　にんにく	じゃがいも	
2	水	サンドロールパン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
		チリドッグ	フランクフルト		ピーマン	たまねぎ	さとう	あぶら
		キャベツいりとうにゅうスープ	ベーコン　とうにゅう		にんじん　パセリ	たまねぎ　コーン　キャベツ	さとう	
		フローズヨーグルト		フローズヨーグルト				
3	木	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		なつやさいのカレー	ふたにく　だいずミート		かぼちゃ　にんじん　ピーマン	なす　たまねぎ		あぶら
		ひじきのマリネ	オイルツナ	ひじき		きゅうり　キャベツ	さとう	あぶら
		ミニフィッシュ	ミニフィッシュ					
4	金	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		いかフリッター	いかフリッター					あぶら
		ゴーヤチャンプルー	オイルツナ　あつあげ		あかピーマン	ゴーヤ　もやし		ごまあぶら　あぶら
		とうがんじる	とりにく		にんじん　ねぎ	とうがん　ほししいたけ　しょうが	でんぶん	
7	月	わかめごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう　わかめ			こめ	
		えだまめコロッケ				えだまめコロッケ		あぶら
		オクラのしおこんぶあえ		しおこんぶ	オクラ　にんじん	キャベツ		
		たなばたじる	うすらたまご	ほしがたかまぼこ	にんじん　ねぎ	ほししいたけ	そうめん	
		たなばたゼリー					たなばたゼリー	
8	火	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		マーボーなす	とうふ　ふたにく　あかみそ だいずミート　ふたしパー		ねぎ　にんじん	なす　たまねぎ　しょうが　にんにく	さとう　でんぶん	あぶら　ごまあぶら
		あいちしそいりはるまき				あいちしそいりはるまき		あぶら
		ちゅうかサラダ				もやし　きゅうり　きりぼしだいこん	さとう	ごまあぶら　ごま
9	水	スライスパン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
		ハンバーグサンド	ハンバーグ				さとう	
		にんじん入りゆでキャベツ			にんじん	キャベツ		
		コーンスープ	ベーコン		にんじん　パセリ	コーン　たまねぎ		
		オレンジ				オレンジ		
10	木	チキンパエリア　ぎゅうにゅう	とりにく	ぎゅうにゅう	あかピーマン　ピーマン	たまねぎ　きピーマン　にんにく	アルファーマい　もちむぎ	オリーブあぶら
		トルティージャ（スペインふうオムレツ）	スペインふうオムレツ					
		エンサラダ・デ・サナオリア（にんじんサラダ）			にんじん	たまねぎ	さとう	あぶら
		トマトスープ	ベーコン　ひよこまめ		にんじん　トマト	キャベツ　たまねぎ　セロリー　にんにく	じゃがいも	オリーブあぶら
11	金	サラダうどん（しらたまうどん）　ぎゅうにゅう	オイルささみ	ぎゅうにゅう　わかめ	にんじん	キャベツ　もやし　きゅうり コーン　しょうが	うどん　さとう	
		ちくわのいそべあげ	ちくわのいそべあげ					あぶら
		まっちゃシュガーパイ			まっちゃ		パイシート　さとう	
14	月	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎ　こめ	
		さわらのしそおろしかけ	さわら		しそ	だいこん　えのきだけ	さとう	
		ひじきのごもくに	だいず　オイルツナ	ひじき	にんじん	コーン　こんにゃく	さとう	あぶら
		じゃがいもいりごまみそじる	とうふ　ミックスみそ	わかめ	にんじん　ねぎ	たまねぎ	じゃがいも	ねりごま　ごま
15	火	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とりとだいずのてんちゃあげ	とりにく　だいず		てんちゃ		でんぶん	ごま　あぶら
		チンゲンサイとたくわんあえ			チンゲンサイ	だいこんづけ		ごま
		あかもくつまれじる	れんこんアカモクつまれ　とうふ	わかめ	にんじん　ねぎ			
		れいとうみかん				みかん		

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
 - ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
 - ・毎月19日は「食育の日」として、愛知県や犬山市の食材を使った献立が登場します。今月は15日に、愛知県の食材を使用した料理を紹介します。
- ※ 献立内容は都合により変更することがあります。

○給食欠食の取扱いについて

連続して4日以上欠席又は出席停止が見込まれる場合、保護者から欠食の申し出があれば、申し出日から起算して6日目（土日祝含む）より対応可能です。

復食日が決まっている場合は併せてお伝え下さい。予定より早く登校可能となった際は、弁当の持参をお願いする場合がありますのでご了承をお願いします。