



7月7日(月)は七夕です。稚内養護学校では七夕行事食給食がです。織姫と彦星が住んでいる夜空にある星の形のコロッケにしました。サラダは天の川をイメージして星の形をしたマカロニを使ったサラダです。デザートは天の川ソーダゼリーです。

北海道稚内養護学校
令和7年6月20日発行
文責：栄養教諭

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
					
1(火)	わかめラーメン やきぎょうざ いちごゼリー	ちゅうかめん ごま いちごゼリー	ぎょうざ わかめ やきぶた	めんま たまねぎ にんじん ながねぎ	598
2(水)	ごはん えのきとあぶらあげのみそしる とりのてりやき だいこんのべっこうに	こめ むぎ	あぶらあげ とりもにく ぶたバラにく	えのきだけ しょうが だいこん こんにゃく にんじん	669
3(木)	じゃこめし ふきのみそしる ちくわあげ こうやどうふのたまごとじ	こめ むぎ ごま	しらすほし やきちくわ あさり あおのり けいらん こうやどうふ	しょうが ふき たけのこ もやし にんじん グリーンピース ほししいたけ	614
4(金)	えんそく				
7(月)	ごはん オニオンスープ ほしのコロッケ あまのがわサラダ あまのがわソーダゼリー	こめ むぎ マカロニ あまのがわソーダゼリー	コロッケ	たまねぎ にんじん パセリ コーン いんげん	713
8(火)	ソースやきそば あげたこやき わかめスープ	やきそば たこやき ごま	ぶたもにく わかめ かつおぶし あおのり	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ ながねぎ	578
9(水)	バターロール ポトフ マーマレードチキン ソテーベジタブル	バターロール じゃがいも マーマレードジャム	ぎゅうこまぎれにく とりもにく	にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー グリーンピース	513
10(木)	ごはん じゃがいもだんごじる あかうおのさいきょうやき こまつなのなめたけあえ	こめ むぎ じゃがいもだんご	あぶらあげ あかうお	ごぼう だいこん にんじん ツキコンニャク ほししいたけ こまつな なめたけ	606
11(金)	カレーライス えだまめサラダ パナナ	こめ むぎ ごま じゃがいも	ぶたもにく ロースハム ひじき	にんじん たまねぎ グリーンピース もやし えだまめ パナナ	622
14(月)	ごはん たまごスープ すぶた ちゅうかサラダ	こめ むぎ ごま	けいらん ぶたもにく とりさきみ	ほししいたけ ながねぎ しょうが ピーマン にんじん たけのこ たまねぎ きゅうり もやし しろくらげ	591
15(火)	スパゲッティミートソース ちんげんさいととうふのスープ ミックスドフルーツ	スパゲッティ	ぶたひきにく とりひきにく もめんどうふ	たまねぎ にんじん グリーンピース チンゲンサイ しめじ ミックスドフルーツ	538
16(水)	しょくパン いちごジャム こんさいのコンソメスープ ほたてのクリームコロッケ ゆでとうきび	しょくパン いちごジャム	ほたてのクリームコロッケ ベーコン	だいこん にんじん ごぼう とうもろこし	572
17(木)	ごはん かぶのすまししる くろむつのさいきょうやき みずなとあつあげのにびたし	こめ むぎ まめふ	なると くろむつ あつあげ	かぶ みつば みずな にんじん しめじ	594
18(金)	わふうピピンパどん だいこんとあぶらあげのみそしる さつまいもとだいずのサラダ	こめ むぎ さつまいも	ぶたもにく あぶらあげ さつまいも	しょうが ごぼう もやし ほうれんそう はくさいキムチ たくあん しそ だいこん いんげん にんじん	563
21(月)	うみのひ				
22(火)	かんとんめん あげはるまき マンゴーかん	ちゅうかめん	ぶたバラにく ほたて はるまき	はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ ほししいたけ きくらげ しょうが マンゴーかん	593
23(水)	ごはん ポークブラウンシチュー れんこんのごまマヨネーズあえ パインかん	こめ むぎ	ぶたばらにく	まいたけ しめじ たまねぎ パセリ れんこん きゅうり にんじん パインかん	682
24(木)	ごはん しめじとだいこんのみそしる やさいかきあげ しらあえ	こめ むぎ	やさいかきあげ もめんどうふ かまぼこ	しめじ だいこん ほうれんそう はくさい にんじん	665
25(金)	ごはん こまつなとあぶらあげのみそしる とりのもにくしょうゆこうじやき ひじきとこうやどうふのもの	こめ むぎ	とりもにく ひじき こうやどうふ あぶらあげ やきちくわ	こまつな きりほしだいこん にんじん えだまめ	636

※購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。
※牛乳は毎日つきます。※牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

- ・目標値 611kcal
- ・充足率 100%
- ・献立平均 609kcal



7月7日(月)は七夕です。椎内養護学校では七夕行事食給食がです。織姫と彦星が住んでいる夜空にある星の形のコロッケにしました。サラダは天の川をイメージして星の形をしたマカロニを使ったサラダです。デザートは天の川ソーダゼリーです。

北海道椎内養護学校
令和7年6月20日発行
文責：栄養教諭

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
					
1(火)	わかめラーメン やきぎょうざ いちごゼリー	ちゅうかめん ごま いちごゼリー	ぎょうざ わかめ やきぶた	めんま たまねぎ にんじん ながねぎ	715
2(水)	ごはん えのきとあぶらあげのみそしる とりのてりやき だいこんのべっこうに	こめ むぎ	あぶらあげ とりももにく ぶたバラにく	えのきだけ しょうが だいこん こんにゃく にんじん	764
3(木)	じゃこめし ふきのみそしる ちくわあげ こうやどうふのたまごとじ	こめ むぎ ごま	しらすほし やきちくわ あさり あおのり けいらん こうやどうふ	しょうが ふき たけのこ もやし にんじん グリーンピース ほししいたけ	753
4(金)	ハヤシライス ほうれんそうとコーンのソテー メロン	こめ むぎ	ぶたももにく ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ にんにく トマトみずな ほうれんそう コーン メロン	782
7(月)	ごはん オニオンスープ ほしのコロッケ あまのがわサラダ あまのがわソーダゼリー	こめ むぎ マカロニ あまのがわソーダゼリー	コロッケ	たまねぎ にんじん パセリ コーン いんげん	807
8(火)	ソースやきそば あげたこやき わかめスープ	やきそば たこやき ごま	ぶたももにく わかめ かつおぶし あおのり	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ ながねぎ	730
9(水)	バターロール ポトフ マーマレードチキン ソテーベジタブル	バターロール じゃがいも マーマレードジャム	ぎゅうこまぎれにく とりももにく	にんじん たまねぎ キャベツ コーン ブロッコリー グリーンピース	634
10(木)	ごはん じゃがいもだんごじる あかうおのさいきょうやき こまつなのなめたけあえ	こめ むぎ じゃがいもだんご	あぶらあげ あかうお	ごぼう だいこん にんじん ツキコンニャク ほししいたけ こまつな なめたけ	695
11(金)	カレーライス えだまめサラダ パナナ	こめ むぎ ごま じゃがいも	ぶたももにく ロースハム ひじき	にんじん たまねぎ グリーンピース もやし えだまめ パナナ	714
14(月)	ごはん たまごスープ すぶた ちゅうかサラダ	こめ むぎ ごま	けいらん ぶたももにく とりささみ	ほししいたけ ながねぎ しょうが ピーマン にんじん たけのこ たまねぎ きゅうり もやし しろくらげ	709
15(火)	スパゲッティミートソース ちんげんさいととうふのスープ ミックスドフルーツ	スパゲッティ	ぶたひきにく とりひきにく もめんどうふ	たまねぎ にんじん グリーンピース チンゲンサイ しめじ ミックスドフルーツ	681
16(水)	しょくパン いちごジャム こんさいのコンソメスープ ほたてのクリームコロッケ ゆでとうきび	しょくパン いちごジャム	ほたてのクリームコロッケ ベーコン	だいこん にんじん ごぼう とうもろこし	653
17(木)	ごはん かぶのすまししる くろむつのさいきょうやき みずなとあつあげのにびたし	こめ むぎ まめふ	なると くろむつ あつあげ	かぶ みつば みずな にんじん しめじ	667
18(金)	わふうピピンパどん だいこんとあぶらあげのみそしる さつまいもとだいずのサラダ	こめ むぎ さつまいも	ぶたももにく あぶらあげ さつまいも	しょうが ごぼう もやし ほうれんそう はくさいキムチ たくあん しそ だいこん いんげん にんじん	689
21(月)	うみのひ				
22(火)	かんとんめん あげはるまき マンゴーかん	ちゅうかめん	ぶたバラにく ほたて はるまき	はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ ほししいたけ きくらげ しょうが マンゴーかん	743
23(水)	ごはん ポークブラウンシチュー れんこんのごまマヨネーズあえ パインかん	こめ むぎ	ぶたばらにく	まいたけ しめじ たまねぎ パセリ れんこん きゅうり にんじん パインかん	834
24(木)	ごはん しめじとだいこんのみそしる やさいかきあげ しらあえ	こめ むぎ	やさいかきあげ もめんどうふ かまぼこ	しめじ だいこん ほうれんそう はくさい にんじん	731
25(金)	ごはん こまつなとあぶらあげのみそしる とりのももにくしょうゆこうじやき ひじきとこうやどうふのもの	こめ むぎ	とりももにく ひじき こうやどうふ あぶらあげ やきちくわ	こまつな きりほしだいこん にんじん えだまめ	733

※購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。
※牛乳は毎日つきます。※牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

- ・目標値 715kcal
- ・充足率 101%
- ・献立平均 724kcal



7月7日(月)は七夕です。椎内養護学校では七夕行事食給食がです。織姫と彦星が住んでいる夜空にある星の形のコロツケにしました。サラダは天の川をイメージして星の形をしたマカロニを使ったサラダです。デザートは天の川ソーダゼリーです。

北海道椎内養護学校
令和7年6月20日発行
文責：栄養教諭

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
					
1(火)	わかめラーメン やきぎょうざ いちごゼリー	ちゅうかめん ごま いちごゼリー	ぎょうざ わかめ やきぶた	めんま たまねぎ にんじん ながねぎ	767
2(水)	ごはん えのきとあぶらあげのみそしる とりのてりやき だいこんのべっこうに	こめ むぎ	あぶらあげ とりももにく ぶたバラにく	えのきだけ しょうが だいこん こんにゃく にんじん	787
3(木)	じゃこめし ふきのみそしる ちくわあげ こうやどうふのたまごとじ	こめ むぎ ごま	しらすほし やきちくわ あさり あおのり けいらん こうやどうふ	しょうが ふき たけのこ もやし にんじん グリーンピース ほししいたけ	868
4(金)	ハヤシライス ほうれんそうとコーンのソテー メロン	こめ むぎ	ぶたももにく ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ にんにく トマトみずな ほうれんそう コーン メロン	843
7(月)	ごはん オニオンスープ ほしのコロツケ あまのがわサラダ あまのがわソーダゼリー	こめ むぎ マカロニ あまのがわソーダゼリー	コロツケ	たまねぎ にんじん パセリ コーン いんげん	849
8(火)	ソースやきそば あげたこやき わかめスープ	やきそば たこやき ごま	ぶたももにく わかめ かつおぶし あおのり	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ ながねぎ	757
9(水)	バターロール ポトフ マーマレードチキン ソテーベジタブル	バターロール じゃがいも マーマレードジャム	ぎゅうこまぎれにく とりももにく	にんじん たまねぎ キャベツ コーン ブロッコリー グリーンピース	710
10(木)	ごはん じゃがいもだんごじる あかうおのさいきょうやき こまつなのなめたけあえ	こめ むぎ じゃがいもだんご	あぶらあげ あかうお	ごぼう だいこん にんじん ツキコンニャク ほししいたけ こまつな なめたけ	739
11(金)	カレーライス えだまめサラダ パナナ	こめ むぎ ごま じゃがいも	ぶたももにく ロースハム ひじき	にんじん たまねぎ グリーンピース もやし えだまめ パナナ	828
14(月)	ごはん たまごスープ すぶた ちゅうかサラダ	こめ むぎ ごま	けいらん ぶたももにく とりさきみ	ほししいたけ ながねぎ しょうが ピーマン にんじん たけのこ たまねぎ きゅうり もやし しろくらげ	796
15(火)	スパゲッティミートソース ちんげんさいととうふのスープ ミックスドフルーツ	スパゲッティ	ぶたひきにく とりひきにく もめんどうふ	たまねぎ にんじん グリーンピース チンゲンサイ しめじ ミックスドフルーツ	737
16(水)	しょくパン いちごジャム こんさいのコンソメスープ ほたてのクリームコロツケ ゆでとうきび	しょくパン いちごジャム	ほたてのクリームコロツケ ベーコン	だいこん にんじん ごぼう とうもろこし	661
17(木)	ごはん かぶのすまししる くろむつのさいきょうやき みずなとあつあげのにびたし	こめ むぎ まめふ	なると くろむつ あつあげ	かぶ みつば みずな にんじん しめじ	711
18(金)	わふうピピンパどん だいこんとあぶらあげのみそしる さつまいもとだいずのサラダ	こめ むぎ さつまいも	ぶたももにく あぶらあげ さつまいも	しょうが ごぼう もやし ほうれんそう はくさいキムチ たくあん しそ だいこん いんげん にんじん	844
21(月)	うみのひ				
22(火)	かんとんめん あげはるまき マンゴーかん	ちゅうかめん	ぶたバラにく ほたて はるまき	はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ ほししいたけ きくらげ しょうが マンゴーかん	793
23(水)	ごはん ポークブラウンシチュー れんこんのごまマヨネーズあえ パインかん	こめ むぎ	ぶたばらにく	まいたけ しめじ たまねぎ パセリ れんこん きゅうり にんじん パインかん	908
24(木)	ごはん しめじとだいこんのみそしる やさいかきあげ しらあえ	こめ むぎ	やさいかきあげ もめんどうふ かまぼこ	しめじ だいこん ほうれんそう はくさい にんじん	789
25(金)	ごはん こまつなとあぶらあげのみそしる とりのももにくしょうゆこうじやき ひじきとこうやどうふのもの	こめ むぎ	とりももにく ひじき こうやどうふ あぶらあげ やきちくわ	こまつな きりほしだいこん にんじん えだまめ	771

※購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。
※牛乳は毎日つきます。※牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

・目標値 787kcal
・充足率 100%
・献立平均 787kcal