

# 学校給食献立だよい7月 小学部

7月7日(火)は七夕です。七夕の行事食が給食にでます。  
織姫と彦星が住んでいる夜空にある星の形のハンバーグとデザートには  
七夕お星さま三色ゼリーが提供されます。

北海道稚内養護学校  
令和8年6月26日発行  
文責：栄養教諭

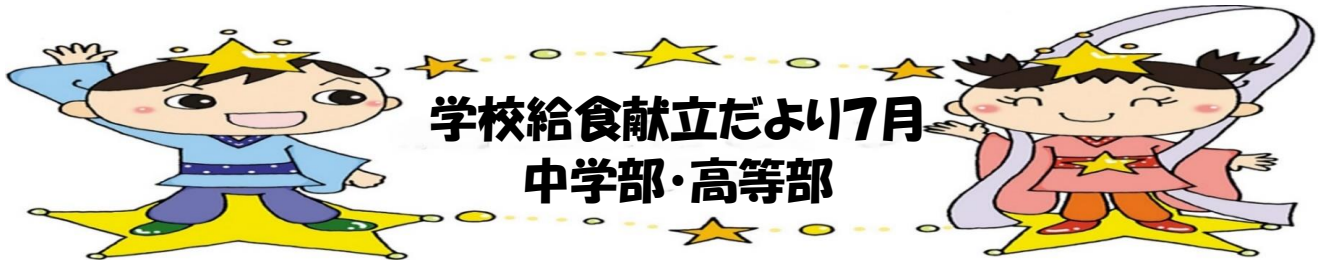
ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
					
1(水)	ぶたどん はくさいとほうれんそうのみそしる えだまめサラダ	こめ むぎ ごま	ぶたにく ひじき ロースハム	はくさい ほうれんそう たまねぎ にんじん もやし えだまめ	613
2(木)	ごはん とんじる ほっけしおやき ひじきとだいずのいために	こめ むぎ じゃがいも	ぶたにく ひじき やきちくわ だいず もめんどうふ ほっけ	にんじん ながねぎ きりほしだいこん れんこん	618
3(金)	ごはん わかめとえのきのみそしる だいこんとりにくのことりに ほうれんそうのごまあえ	こめ むぎ ごま	わかめ とりにく	えのきだけ ながねぎ ごぼう ほうれんそう にんじん	506
6(月)	ごはん じゃがいもとたまねぎのみそしる さばのごまてりやき ふきとがんものふくめに	こめ むぎ ごま	さば がんもどき	たまねぎ ふき たけのこ ほししいたけ	643
7(火)	ごはん オニオンスープ ほしのハンバーグ マカロニサラダ たなばたおほしさまさんしょくゼリー	こめ むぎ マカロニ ゼリー	ハンバーグ ぶたにく	たまねぎ にんじん コーン いんげん	643
8(水)	しょくパン チョコレートクリーム ミネストローネ とりてりやき	しょくパン じゃがいも チョコレートクリーム	とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん しょうが	609
9(木)	ごはん いなかじる やきさけ ひじきとこうやどうふのもの	こめ むぎ じゃがいも	さけ あぶらあげ ひじき こうやどうふ やきちくわ	だいこん しめじ にんじん ながねぎ えだまめ	581
10(金)	こうやどうふのそぼろどん ほうれんそうともやしのみそしる いんげんのごまあえ	こめ むぎ ごま	ぶたひきにく こうやどうふ	にんじん たけのこ グリーンピース もやし ほうれんそう いんげん	617
13(月)	ごはん たまごスープ ブルコギ もやしのナムル	こめ むぎ ごま はるさめ	けいらん きゅうにく	ながねぎ たまねぎ にんじん ピーマン あかパプリカ きくらげ にら もやし ほうれんそう	602
14(火)	しょうゆラーメン やきぎょうざ あんにんみかん	ちゅうかめん あんにんどうふ	ぎょうざ	はくさい ながねぎ たまねぎ もやし めんま にんじん しょうが みかんかん	625
15(水)	セルフおはぎ こまつなとあぶらあげのみそしる なすのにくみそいため ゆでとうきび	こめ むぎ こしあん	あぶらあげ ぶたひきにく	とうきび こまつな たまねぎ なす しょうが	644
16(木)	かきあげどん だいこんとわかめのみそしる アスパラのしらあえ	こめ むぎ	わかめ きぬごしどうふ ロースハム	だいこん アスパラ	778
17(金)	キーマカレー グリーンサラダ メロン	こめ むぎ	ぎゅうひきにく ぶたひきにく わかめ	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが きゅうり セロリー フロッコリー メロン	583
20(月)	うみのひ				
21(火)	スパゲティナポリタン レタスとベーコンのスープ ソファール・プレーン	スパゲティ	ぶたにく ベーコン ソファール・プレーン	たまねぎ にんじん ピーマン レタス	614
22(水)	バターロール コーンポタージュ ひとくちカツ ブロッコリーソテー	バターロール	ひとくちカツ	ブロッコリー コーン えだまめ	574
23(木)	かいたくどん たまごとしいたけのみそしる はくさいののりあえ	こめ むぎ ごま	ぶたひきにく ひじき こうやどうふ けいらん きりのり かつおぶし	にんじん たまねぎ コーン えだまめ しょうが ほししいたけ はくさい	569
24(金)	ごはん あさりとわかめのみそしる はんぺんチーフライ きざみこんぶいために	こめ むぎ	あさり あぶらあげ やきちくわ はんぺんチーフライ きざみこんぶ わかめ	にんじん しらたき	676

※ 購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

※ 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にからだをつくる【赤】の食品です。

※ 国の重点支援地方交付金活用事業「学校給食費等支援事業補助金」により保護者様の負担軽減が図られております。

・目標値 610kcal ・充足率 101% ・献立平均 617kcal



# 学校給食献立だよ！7月

## 中学部・高等部

7月7日(火)は七夕です。七夕の行事食が給食にでます。  
織姫と彦星が住んでいる夜空にある星の形のハンバーグとデザートには  
七夕お星さま三色ゼリーが提供されます。

北海道稚内養護学校  
令和8年6月26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(水)	ぶたどん はくさいとほうれんそうのみそしる えだまめサラダ	こめ むぎ ごま	ぶたにく ひじき ロースハム	はくさい ほうれんそう たまねぎ にんじん もやし えだまめ	717
2(木)	ごはん とんじる ほっけしおやき ひじきとだいずのいために	こめ むぎ じゃがいも	ぶたにく ひじき やきちくわ だいず もめんどうふ ほっけ	にんじん ながねぎ きりほしだいこん れんこん	695
3(金)	ごはん わかめとえのきのみそしる だいこんとりにくのことりに ほうれんそうのごまあえ	こめ むぎ ごま	わかめ とりにく	えのきたけ ながねぎ ごぼう ほうれんそう にんじん	605
6(月)	ごはん じゃがいもとたまねぎのみそしる さばのごまてりやき ふきとがんものふくめに	こめ むぎ ごま	さば がんもどき	たまねぎ ふき たけのこ ほししいたけ	729
7(火)	ごはん オニオンスープ ほしのハンバーグ マカロニサラダ たなばたおほしさまさんしょくゼリー	こめ むぎ マカロニ ゼリー	ハンバーグ ぶたにく	たまねぎ にんじん コーン いんげん	738
8(水)	しょくパン チョコレートクリーム ミネストローネ とりてりやき	しょくパン じゃがいも チョコレートクリーム	とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん しょうが	669
9(木)	ごはん いなかじる やきさけ ひじきとこうやどうふのもの	こめ むぎ じゃがいも	さけ あぶらあげ ひじき こうやどうふ やきちくわ	だいこん しめじ にんじん ながねぎ えだまめ	683
10(金)	こうやどうふのそぼろどん ほうれんそうともやしのみそしる いんげんのごまあえ	こめ むぎ ごま	ぶたひきにく こうやどうふ	にんじん たけのこ グリーンピース もやし ほうれんそう いんげん	746
13(月)	ごはん たまごスープ ブルコギ もやしのナムル	こめ むぎ ごま はるさめ	けいらん きゅうにく	ながねぎ たまねぎ にんじん ピーマン あかパプリカ きくらげ にら もやし ほうれんそう	730
14(火)	しょうゆラーメン やきぎょうざ あんにんみかん	ちゅうかめん あんにんどうふ	ぎょうざ	はくさい ながねぎ たまねぎ もやし めんま にんじん しょうが みかんかん	720
15(水)	セルフおはぎ こまつなとあぶらあげのみそしる なすのにくみそいため ゆでとうきび	こめ むぎ こしあん	あぶらあげ ぶたひきにく	とうきび こまつな たまねぎ なす しょうが	700
16(木)	かきあげどん だいこんとわかめのみそしる アスパラのしらあえ	こめ むぎ	わかめ きぬごしどうふ ロースハム	だいこん アスパラ	850
17(金)	キーマカレー グリーンサラダ メロン	こめ むぎ	ぎゅうひきにく ぶたひきにく わかめ	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが きゅうり セロリー フロッコリー メロン	696
20(月)	うみのひ				
21(火)	スパゲティナポリタン レタスとベーコンのスープ ソファール・プレーン	スパゲティ	ぶたにく ベーコン ソファール・プレーン	たまねぎ にんじん ピーマン レタス	690
22(水)	バターロール コーンポタージュ ひとくちカツ ブロッコリーソテー	バターロール	ひとくちカツ	ブロッコリー コーン えだまめ	702
23(木)	かいたくどん たまごとしいたけのみそしる はくさいののりあえ	こめ むぎ ごま	ぶたひきにく ひじき こうやどうふ けいらん きりのり かつおぶし	にんじん たまねぎ コーン えだまめ しょうが ほししいたけ はくさい	712
24(金)	ごはん あさりとわかめのみそしる はんぺんチーフライ きざみこんぶのために	こめ むぎ	あさり あぶらあげ やきちくわ はんぺんチーフライ きざみこんぶ わかめ	にんじん しらたき	742

※ 購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

※ 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にからだをつくる【赤】の食品です。

※ 国の重点支援地方交付金活用事業「学校給食費等支援事業補助金」により保護者様の負担軽減が図られております。

・目標値 720kcal ・充足率 99% ・献立平均 713kcal