

令和8年度

7月 献立表

中学校給食センター

日・曜	1日(水)		2日(木)		3日(金)		6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)	
献立名	ご飯 牛乳 鰺の甘辛だれ ゴーヤとハムのマヨネーズ炒め 冬瓜汁		ご飯 牛乳 味噌マヨチキン たことじゃがいもの炒め物 コンソメスープ		コッペパン 牛乳 荒挽ウインナーのソテー ポークビーンズ ナタデココとマスカットゼリー		ご飯 牛乳 太刀魚のソースかけ キムタク炒め かぼちゃの味噌汁		ご飯 牛乳 星型ハンバーグのカレーソース ツナコーンポテト 七タスープ 七タゼリー		デジフルコギ丼 牛乳 チヂミ サムゲタン風スープ		ご飯 牛乳 鯖のおろしソースかけ 金平ごぼう 湯葉と麩のすまし汁		コッペパン 牛乳 とうもろこしコロッケ 夏野菜のラタトゥイユ ニョッキのスープ	
材料名および使用量(ｇ)	米	95	米	95	コッペパン	70	米	95	米	95	米	95	米	95	コッペパン	70
	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	豚肉	35	牛乳	1本	牛乳	1本
	鰺	60	鶏肉	70	荒挽ウインナー(鶏・豚)	40	太刀魚フライ	50	星型ハンバーグ(鶏・豚)	60	玉葱	15	鯖	60	とうもろこしコロッケ	60
	でん粉	6	味噌	4			なたね油	5	カレー粉	0.3	キャベツ	15	塩麴	3	なたね油	6
	なたね油	6	マヨネーズ	7	豚肉	30	玉葱	10	トマトケチャップ	4	人参	10	大根	15		
	濃口しょうゆ	3			大豆	20	ウスターソース	4	濃口しょうゆ	4	なたね油	0.6	濃口しょうゆ	2.5	ドレッシング(青じそ)	6
	砂糖	1.5	たこ	20	じゃがいも	60	濃口しょうゆ	1.5	砂糖	0.2	淡口しょうゆ	1.5	ごぼう	20	ズッキーニ	15
	みりん	1	じゃがいも	25	玉葱	60	みりん	1			砂糖	1.5	鶏肉	10	茄子	10
	酒	0.6	玉葱	10	人参	25	砂糖	0.5	ツナ	10	酒	0.5	つきこんにゃく	10	パプリカ	5
	でん粉	0.2	むぎ枝豆	5	グリーンピース	5			とうもろこし	10	ガーリックパウダー	0.04	人參	10	ベーコン	15
	ゴーヤ	5	なたね油	0.6	なたね油	1.2	白菜キムチ	20	じゃがいも	40	牛乳	1本	人参	10	なたね油	0.5
	ポークハム	15	濃口しょうゆ	1.5	砂糖	3	沢庵漬	10	オリーブ油	0.3			なたね油	0.2	トマト	10
	玉葱	20	胡椒	0.02	濃口しょうゆ	6	豚肉	15	胡椒	0.3	チヂミ	60	濃口しょうゆ	2.5	トマトピューレ	3
	とうもろこし	10			デミグラスソース	5	玉葱	15	砂糖	0.02	濃口しょうゆ	3	乾燥湯葉	3	トマトケチャップ	4
	マヨネーズ	3	ベーコン	15	トマトケチャップ	4	なたね油	0.5	ビーフン	7	砂糖	1.2	麩	2	白ワイン	1
	ガーリックパウダー	0.02	玉葱	35	塩	0.3	濃口しょうゆ	1	鶏肉	20	酒	0.8	かまぼこ	15	乾燥にんにく	0.1
	塩	0.3	キャベツ	25	胡椒	0.02	酒	0.3	かまぼこ(星)	10	ごま油	0.3	かまぼこ	15	塩	0.4
	粗挽き黒胡椒	0.1	人参	10	ナタデココ	30	胡椒	0.01	玉葱	25	ジンジャーパウダー	0.01	玉葱	40	ニョッキ	30
			マッシュルーム	5	マスカットゼリー	30			人参	10	乾燥にんにく	0.01	人参	10	鶏肉	15
	冬瓜	25	セロリ	1			かぼちゃ	35	オクラ	10	鶏肉	25	青ねぎ	4	玉葱	25
	鶏肉	20	コンソメ	1.5			鶏肉	20	干しいたけ	0.5	もち玄米	8	淡口しょうゆ	0.1	キャベツ	25
	豆腐	35	淡口しょうゆ	1.5			玉葱	30	淡口しょうゆ	6	玉葱	25	塩	7	人参	10
	人参	10	塩	0.5			人参	10	塩	0.2	大根	20	けずりぶし	3	淡口しょうゆ	4
	青ねぎ	4	胡椒	0.01			青ねぎ	4	けずりぶし	3	人參	10			塩	0.4
	淡口しょうゆ	6	ポークフィヨン	適量			味噌	14	七タゼリー	30	チキンフィヨン	適量			胡椒	0.02
	塩	0.1					けずりぶし	2							けずりぶし	3
	けずりぶし	3														
中学	1杯 - /たんぱく質		1杯 - /たんぱく質		1杯 - /たんぱく質		1杯 - /たんぱく質		1杯 - /たんぱく質		1杯 - /たんぱく質		1杯 - /たんぱく質		1杯 - /たんぱく質	
	750kcal 35.2g		757kcal 31.8g		760kcal 34.1g		782kcal 28.7g		737kcal 27.9g		742kcal 27.8g		771kcal 29.1g		782kcal 25.8g	

牛乳1本・・・206g ※パンは小麦粉重量で表示しています。

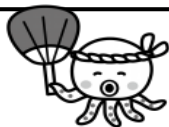
※学校給食献立表に関してのお問い合わせは、中学校給食センター(TEL:072-784-8045 FAX:072-784-8046)までご連絡ください。

◎中学校給食センターのホームページを開設しています。伊丹市のホームページ、または【伊丹市立中学校給食センター】で検索していただくとご覧いただけます。

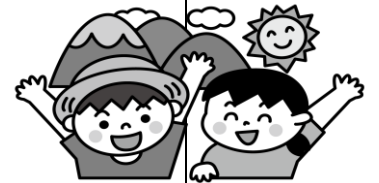
七夕献立



7月2日は、「半夏生」といって夏至から数えて11日目にあたる日です。関西では、この日に**たこ**を食べる風習があります。これは、**たこ**の足のように稲がしっかりと根を張り、豊かに成長することを願う、田植え後の伝統的な風習の名残ともいわれています。



7月7日は「七夕」です。七夕は「織姫と彦星が年に一度だけ会える」というお話にちなんだ伝統行事です。星に願い事をする日として、全国で親しまれています。地域によっては「そうめん」を食べる風習があります。これは、「7月7日に索餅(さくべい)というお菓子を食べると病気になる」という中国の古くからの言い伝えに由来するとされています。給食では、天の川に見立てたビーフン入りの七タスープが登場します。



令和8年度

7月 献立表

日・曜	13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)								
献立名	ご飯 牛乳 鶏肉のにんにく醤油唐揚げ(2個) じゃことキャベツの梅肉炒め ばち汁		ご飯 牛乳 赤魚のしょうゆ麹ソース 豚肉と茄子の炒め物 じゃがいもの味噌汁		わかめご飯 (わかめご飯の具クラス1袋) 牛乳 レバー入り鶏つくねの甘酢あんかけ 切干大根のサラダ チンゲン菜と卵のスープ		夏野菜のカレーライス 牛乳 ミルメーク(ココア) 海藻サラダ 型抜きチーズ								
材料名および使用量(g)	米	95	米	95	米	95	米	95							
	牛乳	1本	牛乳	1本	わかめごはんの具	2	豚肉	45							
	鶏肉	80	赤魚	60	牛乳	1本	玉葱	55							
	濃口しょうゆ	2.5	酒	1	鶏つくね(レバー入り)	60	じゃがいも	35							
	乾燥にんにく	0.15	塩	0.1			トマト	20							
	酒	0.5	しょうゆ麹	5			人参	15							
	塩	0.2	みりん	1.5			かぼちゃ	15							
	でん粉	8	酒	1.5	玉葱	10	茄子	10							
	なたね油	8	砂糖	1	なたね油	0.5	ピーマン	5							
			でん粉	0.2	トマトケチャップ	4	なたね油	1							
	ちりめんじゃこ	3	豚肉	30	酢	2	米粉	5							
	キャベツ	25			砂糖	1.5	カレー粉	0.8							
	人参	10			濃口しょうゆ	1	とんかつソース	5.5							
	なたね油	0.2			でん粉	0.5	トマトケチャップ	1.5							
	梅肉	2	人参	5	塩	1	塩	1							
	砂糖	1	なたね油	0.5	切干大根	3	赤ワイン	1							
	濃口しょうゆ	1.5	ジンジャーパウダー	0.1	きゅうり	15	濃口しょうゆ	0.5							
	酒	0.5	濃口しょうゆ	2.5	人参	5	ジンジャーパウダー	0.3							
	そうめんばち	7	酒	0.8	とうもろこし	5	黒砂糖	2.5							
		かまぼこ(千切り)	15	砂糖	0.5	酢	1.8	乾燥にんにく	0.1						
油揚げ		4	みりん	0.2	淡口しょうゆ	1.8	ポークフィヨン	適量							
じゃがいも		25	じゃがいも	35	ごま油	0.6	牛乳	1本							
玉葱	25	砂糖			0.4										
人参	10	鶏肉			15	チンゲン菜	10	ミルメーク(ココア)	8						
青ねぎ	3	厚揚げ(ミニ)			25					卵	25	海藻ミックス	1		
淡口しょうゆ	4	玉葱	20	豚肉	15									きゅうり	20
塩	0.2	人参	10												
けずりぶし	3	青ねぎ	3			干しいたけ	0.5	ドレッシング(和風)	6						
		味噌	14							淡口しょうゆ	3.5	型抜きチーズ	10		
		けずりぶし	2	塩	0.5										
														酒	0.3
						ジンジャーパウダー	0.01								
								胡椒	0.02						
				でん粉	1.8										
										けずりぶし	3				
			</												