



7月予定献立表



令和7年度（2025年度）

日野市立日野第八小学校

日	こんだて	牛乳	赤の仲間 おもに体を作る もとなる	黄の仲間 おもにエネルギーの もとなる	緑の仲間 おもに体の調子を ととのえる	ひとくちメモ	エネルギー たんぱく質 g	
1 火	カレーピラフ リボンパスタのスープ ゆでとうもろこし	○	ぎゅうにゅう, ハム ベーコン	こめ, あぶら, マカロニ	たまねぎ, にんじん グリーンピース ほうれんそう, とうもろこし	7/1 ゆでとうもろこし 日野産のとうもろこしを、農 家さんから直接届けていただ きます。皮付きなので、1時 間目に1年生に皮むきをして もらいます。	564 20.5	
2 水	アップルビスキュイパン とうにゅうポタージュ コロコロサラダ	○	ぎゅうにゅう, たまご ベーコン, とうにゅう	コッペパン, バター, さとう こむぎこ,アーモンド あぶら, でんぷん じゃがいも, ジャム	たまねぎ, にんじん エリンギコーン, パセリ きゅうり		611 19.2	
3 木	れいしゃぶうどん ツナポテト	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ツナ	うどん, あぶら, さとう ごま, じゃがいも	にんじん, キャベツ きゅうり, たまねぎ にんにく, パセリ		594 25.0	
4 金	しんしょうがごはん ふわふわおとうふナゲット もやしとチンゲンサイのおひたし しょうないふのすましじる	○	ぎゅうにゅう, あぶらあげ とうふ, たまご, とうふ	こめ, パンこ, でんぷん あぶら, さとう, ごま しょうないふ	しょうが, たまねぎ, もやし チンゲンサイ, にんじん えのきたけ, みずな, ねぎ		7/7 たなばたちらしずし すしめしの上に、お星さまの 形の食材をちらします。お楽 しみに！	589 24.2
7 月	たなばたちらしずし あつあげのごまだれかけ かきたまじる	○	ぎゅうにゅう, あぶらあげ かまぼこ, なまあげ とうふ, たまご	こめ, さとう, さとう ごま, でんぷん	にんじん, さやえんどう えのきたけ, ほうれんそう ねぎ			612 26.7
8 火	ごはん いかのさらさあげ かぶのレモンずあえ みそしる	○	ぎゅうにゅう, いか わかめ, みそ	こめ, でんぷん, あぶら さとう, じゃがいも	しょうが, かぶ, きゅうり レモン, たまねぎ, ねぎ	524 20.9		
9 水	ジャンバラヤ ふわふわたまごスープ カラフルポテトチップス	○	ぎゅうにゅう, ベーコン えび, チーズ, たまご	こめ, おおむぎ, あぶら パンこ, じゃがいも	たまねぎ, ピーマン あかピーマン, にんじん ほうれんそう	7/10 チンジャオロースー并 ビタミンCたっぷりのピーマ ンで作ったチンジャオロー スをごはんのせて食べま す。旬のピーマンを味わって ください。	541 19.6	
10 木	チンジャオロースーどん いもだんごスープ すいか	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく みそ, とりにく	こめ, おおむぎ, あぶら でんぷん, ごまあぶら じゃがいも	にんにく, しょうが たまねぎ, にんじん, ごぼう ほししいたけ, たけのこ ピーマン, だいこん ねぎ, すいか		566 22.7	
11 金	シャークバーガー ポテトスープ ミニトマト	○	ぎゅうにゅう, さめ ぶたにく	まるパン, こむぎこ, パンこ あぶら, さとう, あぶら じゃがいも	たまねぎ, にんじん キャベツ, パセリ ミニトマト	564 25.8		
14 月	ごはん ししゃもフライ ゆでキャベツ ピリカラとんじる	○	ぎゅうにゅう, ししゃも ぶたにく, あぶらあげ, みそ	こめ, こむぎこ, パンこ あぶら, じゃがいも	キャベツ, パセリ, ごぼう にんじん, だいこん こんにゃく, ねぎ	7/17 日野産の夏野菜カレー 日野市内でとれた夏野菜（か ぼちゃ, なす, ズッキーニ, トマト）をたっぷり入れたカ レーです！	567 20.9	
15 火	ひやしちゅうか ホットパンプキンサラダ	○	ぎゅうにゅう, ハム ベーコン	ちゅうかめん, あぶら ごまあぶら, さとう, ごま じゃがいも, マヨネーズ	にんじん, きゅうり, もやし しょうが, かぼちゃ たまねぎ, グリンピース		605 22.3	
16 水	ごはん ナッツふりかけ さばのみそやき キャベツのこぶあえ もやしのみそしる	○	ぎゅうにゅう, かつおぶし さば, みそ, こんぶ あぶらあげ, わかめ, みそ	こめ,アーモンド, ごま さとう	しょうが, キャベツ きゅうり, もやし, ねぎ	2学期の給食は8/27（水）か ら始まる予定です。夏休みの 間も、朝ごはん、昼ごはん、 夕ごはんを毎日できるだけ同 じ時間に食べて、元気にすご してくださいね！	566 28.1	
17 木	なつやさいのカレーライス じゃがいものハニーサラダ	ジュ み か ん ス	とりにく	こめ, おおむぎ, あぶら バター, こむぎこ じゃがいも, はちみつ	みかんジュース, にんにく しょうが, たまねぎ にんじん, かぼちゃ, なす ズッキーニ, セロリ, トマト きゅうり, キャベツ	606 15.2		

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

今月の日野産農産物



卵、きゅうり、なす、トマト、ピーマン、かぼちゃ、ズッキーニ、じゃがいも

※今月はいろいろな夏野菜を使います。日野野菜はJAや畑の売店でも売られていますので機会があったら利用してみてください。

