



# 令和8年7月学校給食献立表



柳井市立学校給食センター TEL(0820)22-1312

日曜	こ  ん  だ  て	あか					みどり		おもなざいりょう		きいろ		エネルギー kcal	食塩相当量 (g)
		おもにからだをつくる					おもにからだの調子をととのえる		おもにエネルギーのもとになる		たんぱく質 g			
		たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミンC	たんすいかぶつ	ししつ	小	中					
1 水	コッペパン ② チキンピーンズ ツナサラダ いちごジャム		ぎゅうにゅう					こめこパン				634	773	2.0
2 木	たこめし はんげしょうこんだて うめがつおあえ なつやさいのみそしる	たこ	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう しいたけ グリンピース	たまねぎ しめじ	じゃがいも さとう	★こめ むぎ	さとう	あぶら		524	637	2.2
3 金	② むぎごはん ハヤシンチュウ ブロッコリーとコーンのソテー		ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ	じゃがいも	★こめ むぎ		オリーブオイル			630	745	1.8
6 月	むぎごはん まーぼーなす もやしとえだまめのソテー		ぎゅうにゅう	にんじん にら トマト	なす たまねぎ エリンギ しいたけ にんにく しょうが	さとう	でんぷん	★こめ むぎ		あぶら		653	773	1.7
7 火	とりごもくごはん たなばたこんだて ほしのコロッケ たなばたじる ② たなばたゼリー	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう えのきたけ	たまねぎ	じゃがいも こむぎこパンこ みずあめ さとう でんぷん	★こめ むぎ	さとう	あぶら		650	776	2.0
8 水	コッペパン きりほしだいこんのベーコンいため ② カレースープ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	きりほしだいこん にんにく	たまねぎ	マカロニ じゃがいも	★こめ むぎ	オリーブオイル			627	773	2.3
9 木	むぎごはん トントンれんこん ぐだくさんみそしる れいとうピーチ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	れんこん	でんぷん さとう	あぶら	★こめ むぎ		あぶら		700	831	1.6
10 金	むぎごはん けんちょう くきわかめあえ スティックなっとう	とりにく とうふ あぶらあげ さつまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	とうがん だいこん ★きくらげ	じゃがいも	★こめ むぎ	こんにやく さとう				592	684	2.0
13 月	こんぶごはん さばのしおやき こまつなとたくあんのごまあえ のっぺいじる	さば	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん	えだまめ	★こめ むぎ	さとう	あぶら				661	814	2.2
14 火	むぎごはん ゴーヤーチャンプルー もずくじる れいとうパイン	ぶたにく なまあげ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	にがうり たまねぎ もやし	★こめ むぎ		ごまあぶら				626	734	1.5
15 水	アップルパン ポテトのソテー ② ABCスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	りんご	こめこパン	じゃがいも	あぶら	マーガリン			709	914	2.0
16 木	むぎごはん とりのからあげ れんこんのあまずあえ さんしょくつみれじる	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	れんこん きゅうり	★こめ むぎ	でんぷん パンこ みずあめ さとう	あぶら	ごま			658	799	1.9
17 金	② むぎごはん なつやさいカレー ② ミックスゼリー	ぎゅうにく だいず とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ	じゃがいも	★こめ むぎ		ゼリー			679	808	1.6

※スプーンを使って食べる献立に②と表示しています。材料の都合により、献立を変更することがあります。

～学校給食では地産地消をすすめています～

材料の太字は山口県産、★は柳井市産です。

- ・麦ごはんの米は柳井市産の「ヒノヒカリ」、麦は山口県産の押麦を使用します。
- ・山口県産とうふの大豆は「サチユタカ」を使用します。
- ・米粉パンの小麦粉は、「せときらら」という小麦から作られます。



※山口県産の米、押麦、大豆、パン、うどんなどは、JAグループや山口県から補助をいただいています。

食塩相当量 小1.9g 中2.4g