2026年 7月　学校給食予定献立表

＊●印の食品は月の使用食品成分表で配合・アレルゲンをご確認ください。加工食品の詳しい成分等の情報が必要な方は、給食センターまでお問合せください。

可児市学校給食センター

1(水)	2(木)	3(金)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)	15(水)
				七夕献立	歯の日献立					
牛乳 麦ごはん 厚揚げのみそ汁 サバの生姜焼き きんぴらごぼう	牛乳 ラーメン しょうゆラーメンの汁 鶏肉のから揚げ わかめサラダ 棒々鶏ドレッシング はちみつレモンゼリー	牛乳 麦ごはん ふのすまし汁 豚肉の揚げがらめ ごまあえ 卓上しょうゆ すいか	牛乳 黒コッペパン かぼちゃのポタージュ ハンバーグトマトソース カラフルサラダ 玉葱ドレッシング	牛乳 麦ごはん 七夕汁 サワラの梅照り焼き ひじきと鶏肉の炒め煮 七夕ゼリー	牛乳 麦ごはん 可児のみそ汁 鶏肉のねぎだれ焼き つぼ漬けあえ 果汁グミ(ぶどう味)	牛乳 チキンライス ホキの磯風味 まめ豆サラダ ソイドレッシング アセロラゼリー	牛乳 麦ごはん 冬瓜汁 みそカツ おかかあえ 卓上しょうゆ	牛乳 コッペパン ズッキーニのﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ 鶏肉のバーベキューソース かぼちゃサラダ マヨネーズ	牛乳 麦ごはん 白みそ汁 シシャモのから揚げ 豚丼の具	牛乳 麦ごはん マーボーなす 焼きギョウザ 中華サラダ 中華ドレッシング 冷凍みかん
牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 15 たまねぎ 15 カットえのき 5 冷凍厚揚げ 20 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 煮干し(だし用) 2.5 赤みそ 3 白みそ 4 ●サバ 50 清酒 下味 1.5 濃口しょうゆ 2.5 三温糖 1.2 本みりん タレ 1 清酒 1 おろししょうが 0.5 でんぷん 0.2 水 4	牛乳(飲用) 206 ラーメン 160 豚ももスライス 18 にんじん 12 緑豆もやし 30 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 10 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 5 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01 鶏もも 50 清酒 下味 1.5 おろしにんにく 0.3 おろししょうが 1 濃口しょうゆ 2.3 でんぷん 9 揚げ油(大豆油) 4	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 豚もも角切り 50 清酒 下味 2 おろししょうが 0.6 でんぷん 7 揚げ油(大豆油) 4.5 濃口しょうゆ 2.5 三温糖 タレ 2 本みりん 1.3 清酒 1 水 3	牛乳(飲用) 206 黒コッペパン 55 たまねぎ 30 かぼちゃカット 30 ●うらごしかぼちゃ 20 牛乳(調理用) 35 洋風だしの素 1.5 天塩 0.2 白こしょう 0.02 米粉 3 生クリーム 3 米ぬか油 0.3 ハンバーグ 60 トマトケチャップ 4 ダイストマト 6 ウスターソース 2 三温糖 タレ 0.5 でんぷん 0.15 水 2	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 ●そうめん 2 だいこん 15 しめじバラ 8 ●星型かまぼこ 8 糸みつば 3 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15 ●サワラ 50 清酒 下味 1.5 濃口しょうゆ 2.2 三温糖 1.7 本みりん タレ 1 清酒 1 ねり梅 1.3 でんぷん 0.3 水 4 本みりん 1 和風だしの素 0.6 ●七タゼリー 31	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 20 だいこん 20 木綿豆腐 20 冷凍油揚げ 3 カットわかめ 0.2 煮干し(だし用) 2.5 可児の手作りみそ 8 鶏もも 50 清酒 下味 1.5 濃口しょうゆ 0.5 でんぷん 1.3 カットねぎ 4 濃口しょうゆ 2.5 三温糖 タレ 1.8 本みりん 1.2 米酢 2.5 でんぷん 0.3 水 0.5	牛乳(飲用) 206 アルファ化米 55 水 77 鶏もも切込み 20 たまねぎ 20 にんじん 10 ホールコーン 8 マッシュルーム スライス 8 米ぬか油 0.5 チキンコンソメ 1 白ワイン 2 トマトケチャップ 10 ウスターソース 1.2 天塩 0.4 白こしょう 0.02 ●ホキ角切り 50 清酒 下味 2 天塩 0.2 白こしょう 0.02 でんぷん 7 揚げ油(大豆油) 3.5 あおさ粉 0.1	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 とうがんカット 45 しめじバラ 8 白かまぼこ 8 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15 豚ロース 50 清酒 下味 1.5 天塩 0.1 白こしょう 0.02 小麦粉 A 3 パン粉 7 揚げ油(大豆油) 3.5 赤みそ 2.8 ウスターソース 1.3 本みりん 1.5 三温糖 タレ 2.8 清酒 0.5 ガラスープ 1 水 5	牛乳(飲用) 206 コッペパン 55 ベーコン 8 たまねぎ 25 にんじん 10 キャベツ 15 ズッキーニ 10 大豆水煮 10 オリーブオイル 0.2 おろしにんにく 0.1 チキンコンソメ 1.5 ダイストマト 20 トマトケチャップ 1.5 天塩 0.15 乾燥パセリ 0.05 鶏もも 50 白ワイン 下味 1.5 濃口しょうゆ 2.2 三温糖 タレ 1 本みりん 1 おろしりんご 5 米酢 1 でんぷん 0.2 水 2	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 30 にんじん 10 カットえのき 5 木綿豆腐 20 冷凍油揚げ 3 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 煮干し(だし用) 2.5 白みそ 8 ●シシャモ 24 清酒 下味 1 おろししょうが 0.6 でんぷん A 4 小麦粉 1 揚げ油(大豆油) 2.5 清酒 1 和風だしの素 0.5	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 豚ひき肉 15 清酒 1.5 おろしにんにく 0.5 おろししょうが 0.8 なす 70 たまねぎ 20 冷凍厚揚げ 25 干し椎茸 0.5 たけのこ水煮(短冊) 15 カットねぎ 5 米ぬか油 0.5 赤みそ 3 濃口しょうゆ 4 中華風だしの素 1 豆板醤 0.4 三温糖 2 オイスターソース 0.6 でんぷん 2.2 ギョウザ 34 冷凍みかん 45
サバに下味をつけて焼く。 タレを煮てかける。	鶏肉に下味をつける。でんぷんをまぶして、油で揚げる。	豚肉に下味をつける。でんぷんをまぶして油で揚げる。 タレを煮てからめる。	ハンバーグを焼く。 タレを煮てかける。	サワラに下味をつけて焼く。 タレを煮てかける。	鶏肉に下味をつけて焼く。 タレを煮てかける。	ホキに下味をつける。でんぷんをまぶして油で揚げる。 あおさ粉を和える。	豚肉に下味をつける。 Aで衣を作り、パン粉をつけて油で揚げる。 タレを煮てかける。	鶏肉に下味をつけて焼く。 タレを煮てかける。	シシャモに下味をつける。 Aをまぶして油で揚げる。	ギョウザを焼く。
小658 kcal・中833 kcal	634・741	640・819	651・792	608・769	609・753	610・738	640・817	611・760	612・781	605・793

※1人当たりの使用量(g)は、小学校3･4年生の量です。中学校は1.3倍量です。

16(木)	17(金)							9/1(火)	9/2(水)	9/3(木)
がんばれかにっこ！献立										
牛乳 うどん きつねうどんの汁 イカのコロコロ揚げ ゆで枝豆	牛乳 麦ごはん 夏野菜カレー 青のりポテト フルーツ和え							牛乳 麦ごはん 厚揚げのみそ汁 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ照り焼きｿｰｽ にんじんのごまあえ 卓上しょうゆ	牛乳 麦ごはん 五目野菜汁 かぼちゃの天ぷら 豚丼の具 一食小魚	牛乳 キムチチャーハン 鶏肉のｺﾘｱﾝ揚げ チンゲン菜サラダ 中華ドレッシング ミルクプリン
牛乳(飲用) 206 うどん 80 鶏もも切込み 15 たまねぎ 30 干し椎茸 1 白かまぼこ 10 冷凍油揚げ 8 カットねぎ 6 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 5.5 本みりん 1 天塩 0.25 和風だしの素 1.3 ●イカ角切り 50 清酒 下味 2 おろししょうが 0.4 濃口しょうゆ 1.5 でんぷん 8 揚げ油(大豆油) 3.5	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 豚ももスライス 15 米ぬか油 0.3 赤ワイン 1.5 おろししょうが 0.6 おろしにんにく 0.4 たまねぎ 35 にんじん 10 なす 8 ズッキーニ 8 かぼちゃカット 20 小麦粉 5.5 米ぬか油 4.5 カレー粉 0.5 ロリエ 0.01 クミン 0.03 セロリ 0.01 ガラムマサラ 0.01 洋風だしの素 1.3 ダイストマト 15 トマトケチャップ 4.5 ウスターソース 4.5 濃口しょうゆ 1 おろしりんご 3 チャツネ 3 天塩 0.3 乱切りポテト 65 揚げ油(大豆油) 3 ●精製塩 A 0.2 あおさ粉 0.1							牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 15 たまねぎ 15 カットえのき 5 冷凍厚揚げ 20 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 煮干し(だし用) 2.5 赤みそ 3 白みそ 4 ハンバーグ 60 濃口しょうゆ 2 三温糖 タレ 0.8 清酒 2 本みりん 2 でんぷん 0.4 水 4	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 25 ささがきごぼう 10 にんじん 8 冷凍油揚げ 3 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3.5 天塩 0.3 かぼちゃ天ぷら用 35 小麦粉 6 でんぷん A 1 ベーキングパウダー 0.2 天塩 0.1 揚げ油(大豆油) 3 味付小魚 5	牛乳(飲用) 206 アルファ化米 55 水 78 豚ももスライス 18 清酒 1.5 たまねぎ 15 にんじん 12 にら 3 白菜キムチ 15 米ぬか油 0.7 中華風だしの素 0.7 おろしにんにく 0.2 おろししょうが 0.2 濃口しょうゆ 3.5 天塩 0.2 白こしょう 0.02 鶏もも角切り 50 清酒 下味 1 でんぷん 8 揚げ油(大豆油) 3 濃口しょうゆ 2.5 三温糖 タレ 2.2 米酢 1.5 コチジャン 0.6 清酒 0.5 おろしにんにく 0.1 水 2.5
イカに下味をつける。 でんぷんをまぶして油で揚げる。	ポテトを油で揚げる。 Aを和える。							ハンバーグを焼く。 タレを煮てかける。	Aで衣をつくる。 かぼちゃに衣をつけて油で揚げる。	鶏肉に下味をつける。でんぷんをまぶして油で揚げる。 タレを煮てからめる。
621・755	675・873							600・779	608・774	647・777

※学校給食で使われている岐阜県産農産物には、「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、可児市、JA中央会から一部補助を受けています。