

日 曜	献立名(前半)	赤の食品 ~体の組織をつくる~ 	緑の食品 ~体の調子を整える~ 	黄の食品 ~エネルギーのもとになる~ 	エネルギー(kcal)			給食休み	
					たんぱく質(g)				
					塩分(g)				
					幼	小	中		
1	水	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん				幼牛乳のみ
		パンパンジーサラダ	とり肉	にんじん きゅうり もやし	ドレッシング ごま				
		じゃがいものそぼろ煮	ぶた肉 生あげ	いんげん にんじん 玉ねぎ しょうが	じゃがいも こめ油 さとう				
		くだもの(河内晩柑)		河内晩柑					
2	木	ソフトめん 牛乳	牛乳		めん				
		かぼちゃとさつまいものコロック	ぶた肉	かぼちゃ にんじん ほうれん草	さつまいも こめ油 小麦粉				
		いんげんのごまあえ		いんげん にんじん キャベツ	さとう ごま				
		五目うどんスープ	ぶた肉 なると 油あげ	にんじん ごぼう 玉ねぎ えのきたけ					
3	金	🌀かみかみ献立🌀 よくかんで食べると記憶力や判断力がアップします。しっかりかんで食べましょう。							幼稚園
		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん				
		ポテトとじゃこのチーズ焼き	ちりめんじゃこ チーズ		じゃがいも				
		チンジャオロース	ぶた肉	ピーマン 玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく	こめ油 でんぷん				
		チンゲンサイのスープ	とり肉 とうふ	にんじん チンゲンサイ 玉ねぎ 干しいたけ					
6	月	🐟魚の日献立🐟 *みんなで食べる国見の日* 国見町食卓団鑑より 藤田地区 樋口由美子さんの「きゅうりと油揚げのあえ物」です。							
		ごはん 牛乳 さつまいもスティック	牛乳		ごはん さつまいも こめ油				
		あじの西京焼き	あじ						
		きゅうりと油揚げのあえもの	油あげ	きゅうり もやし	さとう ごま油				
		かぼちゃのみそ汁	とり肉 とうふ みそ	かぼちゃ にんじん しめじ 玉ねぎ ねぎ	こめ油				
7	火	☆たなばた献立☆ 今日の給食にはお星さまがたくさん! 探してみてくださいね。							
		わかめごはん 牛乳	牛乳 わかめ		ごはん				
		星型コロック	とり肉	玉ねぎ	じゃがいも 小麦粉 こめ油				
		お星さまサラダ	ツナ チーズ	にんじん きゅうり キャベツ コーン	こめ油 さとう				
		七タ汁	とり肉 とうふ	にんじん おくら 玉ねぎ 干しいたけ	こめ粉めん				
		七タゼリー		ぶどう果汁 レモン果汁	さとう				
8	水	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん			幼牛乳のみ 中学校2年生	
		鶏のてり焼き	とり肉		さとう でんぷん				
		しりしり風サラダ	ツナ	にんじん きゅうり コーン	ドレッシング				
		いんげんのみそ汁	とうふ 油あげ みそ	いんげん しめじ 玉ねぎ	じゃがいも				
9	木	切り目入り丸パン 牛乳	牛乳		パン			中学校2年生	
		白身魚フライ パックタルタルソース	ホキ		小麦粉 こめ油				
		ラタトゥイユ	ウインナー	トマト にんじん なす 玉ねぎ ズッキーニ パプリカ にんにく	さとう コンソメ				
		コンソメスープ	ベーコン	にんじん パセリ しめじ 玉ねぎ	じゃがいも				
10	金	♪九州地方郷土料理献立♪ 九州地方の料理の登場です! 「まだかつげ」「だぶ」聞いたことはありますか?							 佐賀県 宮崎県
		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん				
		さばのカレー焼き	さば						
		まだかつげ(宮崎県)	だいず さきいか こんぶ	にんじん きゅうり 切り干し大根	さとう				
だぶ(佐賀県)	とり肉 生あげ かまぼこ	にんじん ごぼう れんこん	麩 さとう でんぷん						
13	月	♡ふくしまのめくみを味わう献立♡ 🎂7月生まれのお誕生日おめでとう献立🎂 7月生まれのおみなさん おめでとうございます!							
		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん				
		県産とんかつのあんずソースかけ	ぶた肉	にんにく	小麦粉 こめ油 あんずジャム				
		りっちゃんサラダ	ハム こんぶ かつおぶし	にんじん きゅうり キャベツ コーン	さとう				
		夏野菜のみそ汁	とうふ 油あげ みそ	いんげん かぼちゃ なす 玉ねぎ					
		ミニトマト(幼:1個、小中:2個)		ミニトマト					

◎都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。 ◎給食で使用しているマヨネーズは、卵不使用のものです。
◎太字の食材は、国見町産、福島県産を使用予定です。

今月1カ月あたりの平均栄養価

区分	エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	食塩(g)
幼稚園					
小学校					
中学校					

令和8年度 7・8月 献立表

日	曜	献立名(後半)	赤の食品 ～体の組織をつくる～	緑の食品 ～体の調子を整える～	黄の食品 ～エネルギーのもとになる～	国見町給食センター			給食休み	
						エネルギー(kcal)				
						たんぱく質(g)				
						塩分(g)				
			幼	小	中					
14	火	麦ごはん 牛乳	牛乳		麦ごはん	/			小学校	
		ツナ入り海藻サラダ	ツナ わかめ こんぶ くきわかめ とさかのり	きゅうり キャベツ コーン	ドレッシング					
		ハヤシシチュー	ぶた肉	トマト にんじん 玉ねぎ しめじ にんにく	じゃがいも こめ油 ハヤシルウ					
		すいか		すいか						
15	水	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん				幼牛乳のみ	
		枝豆入りたまごやき	たまご	えだまめ	さとう					
		マーボーナス	ぶた肉 みそ	ピーマン なす 玉ねぎ にんにく しょうが	でんぷん さとう こめ油					
		ワントンスープ	ぶた肉	にんじん チンゲンサイ ねぎ めんま 玉ねぎ 干しいたけ	小麦粉					
16	木	中華めん 牛乳	牛乳		めん					
		春巻き	ぶた肉	にんじん キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 こめ油					
		きゅうりともやしのナムル	かまぼこ	にんじん もやし きゅうり	さとう ごま ごま油					
		塩ラーメンスープ	ぶた肉	にんじん めんま きくらげ キャベツ コーン ねぎ にんにく						
17	金	1学期 終業式								
<p>夏 休 み</p>										
8/24	月	2学期 始業式								
25	火	8月生まれのお誕生日おめでとう献立		8月生まれのみなさん お誕生日おめでとうございます☆						
		麦ごはん 牛乳	牛乳		麦ごはん					
		キャベツとブロッコリーのサラダ	ハム	ブロッコリー にんじん コーン キャベツ	ドレッシング					
		夏野菜カレー	ぶた肉	にんじん ピーマン トマト 玉ねぎ にんにく なす	じゃがいも こめ油 カレールウ 生クリーム					
いちごヨーグルト	ヨーグルト									
26	水	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん				幼牛乳のみ	
		パオズ (小1～3年:1個、小4～中学生:2個)	ぶた肉 とり肉	玉ねぎ	小麦粉					
		豚キムチ	ぶた肉	にら はくさいキムチ ねぎ もやし にんにく しょうが	さとう こめ油					
		わかめとたまごのスープ	とり肉 わかめ たまご	にんじん 玉ねぎ コーン えのきたけ	でんぷん					
27	木	ソフトめん 牛乳	牛乳		めん					
		たこナゲット (幼小1～3年:1個、小4～中学生:2個)	たこ いか		小麦粉 さとう					
		えだまめサラダ		にんじん えだまめ きゅうり キャベツ	ドレッシング					
		鶏ごぼううどんスープ	とり肉 なんと 油あげ	にんじん ごぼう 玉ねぎ 干しいたけ ねぎ						
28	金	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん					
		いわしの南蛮づけ	いわし	パプリカ 玉ねぎ しょうが	でんぷん こめ油 さとう					
		いそあえ	のり かまぼこ	こまつな にんじん もやし						
		キャベツとえのきのみそ汁	とうふ 油あげ みそ	にんじん キャベツ えのきたけ	じゃがいも					
31	月	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん					
		さばのみそ煮	さば みそ		さとう					
		ひじきの油いため	ひじき さつまあげ だいず とり肉	にんじん いんげん 干しいたけ	さとう こめ油					
		豚汁	ぶた肉 とうふ みそ	にんじん ごぼう 大根 ねぎ	じゃがいも					

きゅうりのヒミツ

きゅうりのよさを^し知って
おいしく^た食べましょう。



夏休み中も毎日
野菜を食べようね!

