



令和8年7月分校給食予定献立表



愛知県立名古屋聾学校

日	曜	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる			
			魚・肉・卵・大豆・ 大豆製品	牛乳・乳製品・ 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・ 果物・きのこ	米・パン・ めん・いも・砂糖	油脂・種実		
1	水	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			802 Kcal 31.4 g 25.8 g 2.9 g
		さんまのみぞれ煮	さんま			大根	砂糖 でんぶん		しょうゆ 本みりん	
		がんもどきと野菜の煮物	鶏肉 がんもどき		人参 枝豆	こんにゃく	じゃがいも 砂糖	菜種油	しょうゆ みりん風調味料 かつおだし	
		具だくさん汁	豆腐		人参	大根 ごぼう たけのこ しいたけ ねぎ			鰹の素 しょうゆ うすくちしょうゆ	
2	木	おぼろみそめん 牛乳	豚肉 大豆 はんぺい 赤みそ	牛乳	人参	玉ねぎ	白玉うどん 砂糖 でんぶん	菜種油	鳥がらだし	824 Kcal 36.7 g 28 g 2.9 g
		切干し大根のささみ和え	鶏肉		小松菜	切干大根 もやし レモン果汁		ごま油	鳥がらだし	
		コアコアぶどう		脱脂粉乳 練乳 寒天		ぶどう果汁	砂糖			
3	金	愛知を食べる学校給食の日								795 Kcal 34.2 g 21.3 g 2.5 g
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯			
		豚肉とキャベツのしょうが炒め	豚肉			しょうが 玉ねぎ	砂糖	菜種油	しょうゆ 料理酒 みりん風調味料	
		かりもりの胡麻和え	ツナ		人参	かりもり もやし	砂糖	ごま ごま油	しょうゆ	
		コーンとじゃがいものみそ汁	白みそ		ほうれん草	コーン えのきたけ ねぎ	じゃがいも		鰹の素	
6	月	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			822 Kcal 31.4 g 23.6 g 2.6 g
		麻婆茄子	豚肉 大豆 生揚げ 赤みそ		ピーマン	しょうが にんにく なす 玉ねぎ	砂糖 でんぶん	菜種油 ごま油	しょうゆ トウバンジャン 鳥がらだし	
		しゅうまい	豚肉 鶏肉 たら			玉ねぎ	でんぶん パン粉 砂糖 小麦粉	豚脂 植物油 脂	しょうゆ	
		中華風コーンスープ			チンゲンツアイ	玉ねぎ えのきたけ コーン	でんぶん		鳥がらだし しょうゆ	
7	火	七夕献立								817 Kcal 27.6 g 22.5 g 2 g
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯			
		枝豆コロッケ			枝豆	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉	大豆白絞油		
		キャベツとひき肉の甘辛炒め	豚肉		人参	にんにく しょうが キャベツ 玉ねぎ	砂糖	菜種油 ごま	料理酒 しょうゆ コチュジャン みりん風調味料	
		七夕汁	糸かまぼこ		人参 オクラ				鰹の素 しょうゆ うすくちしょうゆ	
		七夕ゼリー				レモン果汁 ぶどう果汁	砂糖			
8	水	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			780 Kcal 28.6 g 23.0 g 2.7 g
		ねぎ塩豚丼	豚肉			にんにく 大豆もやし ぶなしめじ ねぎ レモン果汁	でんぶん	ごま油 ごま	料理酒 鳥がらだし	
		ラーメンサラダ	鶏肉		人参	コーン きゅうり	ラーメン 砂糖	ごま ごま油	穀物酢 しょうゆ からし	
		豆腐のみそ汁	豆腐 油揚げ 白みそ 赤みそ	わかめ		えのきたけ ねぎ			鰹の素	
9	木	旬の味覚献立								786 Kcal 31.7 g 27.4 g 3.1 g
		ミルクロールパン 牛乳		牛乳			ミルクロールパン			
		夏野菜のペンネ	鶏肉 牛肉 豚肉			にんにく 玉ねぎ なす ズッキーニ 黄パプリカ	マカロニペンネ でんぶん	菜種油	トマトケチャップ ウスターソース コンソメ粉末	
		冬瓜入り洋風かきたま汁	鶏肉 卵		人参	とうがん 玉ねぎ ぶなしめじ	でんぶん		コンソメ粉末	

日	曜	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
			赤 体を作る		緑 体 の調子を整える		黄 体 を動かすエネルギーになる			
			魚・肉・卵・大豆・ 大豆製品	牛乳・乳製品・ 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・ 果物・きのこ	米・パン・ めん・いも・砂糖	油脂・種実		
10	金	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			844 Kcal 30.1 g 27.5 g 2.8 g
		ハヤシライス	豚肉		トマトピューレ トマト 枝豆	にんにく 玉ねぎ ぶなしめじ		菜種油	ハヤシフレーク トマトケチャップ ウスターソース	
		和風マカロニサラダ	ツナ		人参 ブロッコリー	コーン キャベツ	マカロニシェール	和風ドレッシング		
13	月	キムタクごはん	豚肉	牛乳	ねぎ	白菜キムチ つぼ漬	麦ごはん	菜種油	料理酒 しょうゆ	793 Kcal 30.7 g 22.4 g 3.5 g
		焼きぎょうざ	豚肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	パン粉 でんぶん 砂糖	豚脂	しょうゆ	
		中華和え			人参	キャベツ 大豆もやし	砂糖	ごま油 ごま	しょうゆ 穀物酢	
		春雨スープ	豆腐		チンゲンツアイ 人参	えのきたけ	緑豆はるさめ		鳥がらだし しょうゆ	
14	火	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			812 Kcal 29 g 25.3 g 2.5 g
		白身魚フリッター	たら	アオサ			小麦粉 でんぶん 砂糖 米粉	菜種油		
		じゃがいものそぼろ煮	鶏肉		さやいんげん		じゃがいも 砂糖	菜種油	かつおだし しょうゆ	
		ぴり辛スープ	豚肉 豆腐 赤みそ		人参 チンゲンツアイ にら	玉ねぎ ねぎ にんにく		菜種油	コンソメ粉末 しょうゆ 料理酒 トウバンジャン	
15	水	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			935 Kcal 39 g 38.6 g 2.8 g
		鶏肉のレモン煮	鶏肉			レモン果汁	でんぶん 砂糖	菜種油	料理酒 しょうゆ みりん 風調味料	
		ひじきとツナの炒め物	ツナ	ひじき	人参 枝豆	コーン 枝豆	砂糖	菜種油	しょうゆ	
		なすのみそ汁	油揚げ 白みそ 赤みそ			なす 玉ねぎ えのきたけ ねぎ			鰹の素	
16	木	ロールパン 牛乳		牛乳			ロールパン			856 Kcal 31.3 g 36.6 g 3.5 g
		ハンバーグのトマトソース	牛肉 豚肉 鶏肉		トマト パセリ	玉ねぎ ぶなしめじ	砂糖 パン粉 でんぶん		コンソメ粉末 トマトケチャップ ウスターソース しょうゆ	
		ごぼうサラダ		ひじき	枝豆	ごぼう きゅうり		ごまドレッシング		
		コンソメスープ				玉ねぎ えのきたけ 白菜	じゃがいも		コンソメ粉末 しょうゆ	
17	金	夏野菜カレー 牛乳	鶏肉	牛乳	トマト ピーマン	にんにく 玉ねぎ なす	じゃがいも 白飯	菜種油	カレールウ コンソメ粉末 カレー粉 トマトケチャップ	871 Kcal 28.5 g 26.8 g 3 g
		ミックスビーンズサラダ	ミックスビーンズ ツナ			コーン キャベツ きゅうり		和風ドレッシング		
		冷凍蒲郡みかんゼリー				みかん果汁	砂糖			

※ 都合により、献立内容が変更になる場合があります。

 暑さに負けない体づくりを！

すでに気温の高い日が続いていますが、夏本番はこれからです。こまめな水分補給で熱中症を予防するとともに、食事をしっかりとって体力をつけ、暑さに負けない体づくりをしましょう。

 夏の行事食いろいろ

7/2 ごろ (夏至から11日目～七夕までの5日間)	7/7	7/13～16 (または8/13～16)	7月下旬ごろ (2026年は7/26)
半夏生  タコ 焼きサバ (関西地方) (福井県)	七夕  そうめん	お盆  精進料理	土用の丑の日  ウナギ 「う」のつく食べ物



七夕汁について

7月7日は、五節句の一つ「七夕」です。中国から伝わった「織姫と彦星」の伝説がもとになった行事です。はた織り糸や、夜空に浮かぶ天の川に見立てて、「そうめん」を食べる風習があります。給食では、食べるまでにそうめんが伸びてしまうので、「糸かまぼこ」を使用します。また、輪切りのオクラを星に見立てて浮かべます。