

令和8年



はやおき・あいさつ・あさごはん

こんだて



にしごう
マクロビ!ウェズデー

西郷村学校給食センター

		水	木	金
<div data-bbox="63 504 566 884" data-label="Complex-Block"> <p>ご家庭でつくってみませんか? 人気の給食レシピ</p> <p>★ひじきのサラダ</p> <p>レシピはこちら! (村HPへリンクします) QRコードからも確認できます</p>  </div>		<div data-bbox="646 504 941 884" data-label="Complex-Block"> <p>1日</p> <p>塩昆布和え ぶりの塩焼き</p> <p>黒米ごはん かぼちゃのみそ汁</p>  </div>	<div data-bbox="949 504 1236 884" data-label="Complex-Block"> <p>2日</p> <p>フレンチサラダ 鶏肉のハニーマスタード焼き</p> <p>コッペパン コーンポタージュ</p>  </div>	<div data-bbox="1244 504 1540 884" data-label="Complex-Block"> <p>3日</p> <p>セタゼリー きゅうりのごま和え</p> <p>ちらし寿司 たなばた汁</p>  </div>
お休みの学校→				
<div data-bbox="47 896 343 1265" data-label="Complex-Block"> <p>6日</p> <p>ジャーマンポテト 三色そばろごはん わかめスープ</p>  </div>	<div data-bbox="351 896 646 1265" data-label="Complex-Block"> <p>7日</p> <p>ゆかり和え 厚焼きたまご</p> <p>わかめごはん 肉じゃが</p>  </div>	<div data-bbox="654 896 949 1265" data-label="Complex-Block"> <p>8日</p> <p>にこにこまめ(きなこ) ブロッコリーのおかか和え たららのマヨネーズ焼き</p> <p>麦ごはん きぬさやのみそ汁</p>  </div>	<div data-bbox="957 896 1252 1265" data-label="Complex-Block"> <p>9日</p> <p>コーンサラダ 鶏肉のマーメレード焼き</p> <p>コッペパン コンソメスープ</p>  </div>	<div data-bbox="1260 896 1556 1265" data-label="Complex-Block"> <p>10日</p> <p>西郷村立幼稚園 希望献立</p>  </div>
幼稚園	幼稚園		熊倉小 川谷中1年	川谷中
<div data-bbox="47 1276 343 1646" data-label="Complex-Block"> <p>13日</p> <p>フルーツポンチ 夏野菜カレーライス</p>  </div>	<div data-bbox="351 1276 646 1646" data-label="Complex-Block"> <p>14日</p> <p>いちごクレープ(川谷中のみ) えだまめサラダ 鶏肉のねぎソース</p> <p>黒米ごはん 春雨スープ</p>  </div>	<div data-bbox="654 1276 949 1646" data-label="Complex-Block"> <p>15日</p> <p>ひじきのサラダ あじの南蛮漬け</p> <p>雑穀ごはん たまねぎのみそ汁</p>  </div>	<div data-bbox="957 1276 1252 1646" data-label="Complex-Block"> <p>16日</p> <p>メロン 海藻サラダ</p> <p>タンタン麺</p>  </div>	<div data-bbox="1260 1276 1556 1646" data-label="Complex-Block"> <p>17日</p> <p>終業式</p>  </div>
幼稚園	幼稚園			

令和8年7月

献立表

毎月19日は食育の日です!

西郷村学校給食センター

日	曜	給食が お休みの 学校	献立名	かみ かみ	血や肉・骨になる		体の調子を整えるもとになる		熱や力のもとになる		調味料	家で 食べて ほしい 食品	栄養価		
					あか		みどり		きいろ				小学校	中学校	
1	水		黒米ごはん ぶりの塩焼き 塩昆布和え かぼちやのみそ汁	牛乳	牛乳 塩昆布	ぶり 豆腐	しょうが にんじん	キャベツ かぼちや	だいこん ながねぎ	せりうり	黒米ごはん ごま油	みそ かつおだし	まめ	612 26.6 19.5 2.2	708 30.6 21.9 2.6
2	木		コッペパン 鶏肉のハニーマスタード焼き フレンチサラダ コーンポタージュ	牛乳	牛乳 ツナ	鶏肉 ベーコン	キャベツ とうもろこし	せりうり パセリ	たまねぎ クリームコーン	にんじん	コッペパン サラダ油 バター 生クリーム ベシヤメルソース	粒マスタード 白ワイン はちみつ 濃口醤油 レモン果汁 酢 食塩 きび砂糖 コンソメ	緑黄色野菜	704 29.2 29.7 3.2	837 34.4 34.1 3.8
3	金		ちらし寿司 きゅうりのごま和え たなばた汁 七夕ゼリー	牛乳	牛乳 ちくわ	錦糸卵 鶏肉	えだまめ オクラ	せりうり 干しいたけ	キャベツ にんじん	にんじん	ちらし寿司 白すりごま ごま油 白石温麺 星の麩 七夕ゼリー	まび砂糖 濃口醤油 薄口醤油 食塩 かつおだし	くだもの	667 24.2 15.1 3.8	765 27.7 16.5 4.5
6	月	幼稚園	三色そぼろごはん ジャーマンポテト わかめスープ	牛乳	牛乳 炒り卵 豆腐	鶏肉 ベーコン わかめ	グリーンピース はくさい	にんじん ながねぎ	たまねぎ しょうが	えだまめ	ごはん じゃがいも バター ごま油	濃口醤油 みりん 三温糖 食塩 こしょう 中華スープの素	緑黄色野菜	464 21.5 19.2 2.2	553 24.6 21.3 2.7
7	火	幼稚園	わかめごはん 厚焼きたまご ゆかり和え 肉じゃが	牛乳	牛乳 豚肉	厚焼きたまご 豚肉	キャベツ つきこんやく	せりうり いんげん	にんじん たまねぎ	にんじん	わかめごはん サラダ油 じゃがいも	ゆかり 食塩 濃口醤油 みりん 三温糖 かつおだし	くだもの	654 26.2 19.1 1.9	749 29.8 21.3 2.2
8	水		麦ごはん たらのマヨネーズ焼き ブロッコリーのおかか和え きぬさやのみそ汁	牛乳	牛乳 パルメザンチーズ 豆腐	たら かつお節 豆腐	たまねぎ にんじん	せりうり きぬさや	ブロッコリー キャベツ	キャベツ	麦ごはん じゃがいも	食塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ 濃口醤油 みそ かつおだし	海藻	658 31.7 21.8 2.5	779 37.3 25.8 3.1
9	木	熊倉小 川谷中1年	コッペパン 鶏肉のマーマレード焼き コーンサラダ コンソメスープ	牛乳	牛乳 ベーコン	鶏肉 ベーコン	とうもろこし にんじん	キャベツ はくさい	せりうり にんにく	たまねぎ	コッペパン マーマレード じゃがいも	濃口醤油 薄口醤油 食塩 レモン果汁 フレンチドレッシング コンソメ こしょう	まめ	640 28.1 24.4 3.5	766 33.1 27.9 4.2
10	金	川谷中	黒米ごはん ジューシー唐揚げ ポテトサラダ アルファベットスープ	牛乳	牛乳 鶏肉	鶏肉	にんにく しょうが	たまねぎ せりうり	にんじん キャベツ	にんじん	黒米ごはん 片栗粉 こめ白絞め油 じゃがいも マカロニ いちごクレープ	濃口醤油 酒 ノンエッグマヨネーズ 酢 食塩 こしょう コンソメ	緑黄色野菜	660 27.1 22.4 1.4	771 31.3 25.6 1.7
13	月	幼稚園	夏野菜カレーライス フルーツポンチ	牛乳	牛乳 豚肉	豚肉	にんにく なす 黄桃	しょうが かぼちや 白桃	たまねぎ ピーマン パイン	にんじん みかん	麦ごはん サラダ油 じゃがいも	カレールウ チャツネ 中華ソース 赤ワイン	海藻	664 20.9 17.0 2.2	769 23.7 18.8 2.5
14	火	幼稚園	黒米ごはん 鶏肉のねぎソース えだまめサラダ 春雨スープ	牛乳	牛乳 鶏肉	鶏肉	ながねぎ たまねぎ	せりうり えだまめ	ブロッコリー はくさい	キャベツ にんじん	黒米ごはん 片栗粉 こめ白絞め油 緑豆春雨 サラダ油	濃口醤油 三温糖 酢 酒 食塩 こしょう 中華スープの素	くだもの	611 25.8 17.9 1.8	706 29.5 19.9 2.0
15	水		雑穀ごはん あじの南蛮漬け ひじきのサラダ たまねぎのみそ汁	牛乳	牛乳 ひじき 油揚げ	あじ 糸かまぼこ	しょうが たまねぎ	せりうり とうもろこし	パブリカ いんげん	キャベツ	雑穀ごはん こめ白絞め油 ごま油 じゃがいも	三温糖 薄口醤油 みりん 酢 きび砂糖 みそ かつおだし	まめ	652 25.4 21.5 2.8	759 29.2 24.5 3.1
16	木		タンタン麺 海藻サラダ メロン	牛乳	牛乳 海藻	豚肉 海藻	にんにく とうもろこし	にんじん ながねぎ	チンゲンサイ メンマ キャベツ	せりうり メロン	中華めん 白すりごま 白いりごま 白練りごま ごま油	卵黄 旨味エキス みそ 中華スープの素 甜面醬 鰹節湯 酒 濃口醤油 酢 きび砂糖	いも	590 24.7 19.1 3.6	697 28.9 21.5 4.3

※太字で表記している食材は地場産物の食材です。
 ※都合により、献立や食材が変更になることがありますのでご了承ください。