



# 令和8年7月 学校給食献立表 (小学校)



東松山市教育委員会

日曜日	献立名(こんだてめい) 主食(しゆじよく) 飲み物(のみもの) おかず	アレルギー物質 卵、乳、小麦 えび、かに、そば 落花生、くるみ、あやこ	食品名			栄養量	
			エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー (kcal) キロカロリー	たんぱく質 (g) グラム
1 水	とうにゅうたんたんうどん(じごなうどん) ぎゅうにゅう やきならまんじゅう れいとうみかん	コムギ(小麦) 乳 小麦	じごなうどん ごまあぶら きびぎとう ごま	ぶたにく とりにく とうにゅう みそ ぎゅうにゅう ならまんじゅう	にんにく しょうが にんじん たけのこ もやし ねぎ ちんねん	609	24.8
2 木	わかめごはん ぎゅうにゅう たこナゲット れんこんのきんぴら キムチとんじる	乳 小麦 コムギ	わかめごはん あぶら ごまあぶら さとう ごま あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう たこナゲット ぶたにく ぶたにく とうふ みそ	れんこん にんじん こんにやく ごぼう にんじん だいこん キムチ ねぎ	603	21.4
3 金	くろパン スパゲッティインドふう(こなチーズ) ぎゅうにゅう フルーツポンチ	小麦 小麦(乳) 乳	くろパン スパゲティー あぶら きびぎとう しらたまだんご レモンゼリー	ぶたにく ウィナー ぶたレバー こなチーズ ぎゅうにゅう	にんにく にんじん たまねぎ セロリ ビーマン マッシュルーム パイン なつみかん	600	21.8
6 月	ごはん ぎゅうにゅう いかフライ(ソース) ゴーヤーチャンプルー(かつおぶし)	乳 小麦 卵 コムギ	ごはん あぶら あぶら きびぎとう てんぷん ごまあぶら	ぎゅうにゅう いかフライ とうふ たまごそぼろ ぶたにく かつおぶし	たまねぎ にんじん もやし にかがり しょうが	660	26.8
7 火	すめし こぎつねずしのぐ ぎゅうにゅう ほしのコロケ あまのがわスープ	卵 コムギ 乳 小麦 コムギ	すめし さとう ほしのコロケ あぶら	ぶたにく たまごそぼろ あぶらあげ ぎゅうにゅう ほしがたかまぼこ ぎよにくめん	にんじん れんこん えだまめ にんじん だいこん オクラ ねぎ	657	21.7
8 水	ジャージャーメン(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう はるまき すいか	コムギ(小麦) 乳 小麦	ホットちゅうかめん ごまあぶら きびぎとう ごま てんぷん あぶら	ぶたにく とりにく みそ ぎゅうにゅう はるまき	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ いら すいか	748	27.1
9 木	ケバブサンド ピタパン ケバブ(ドレッシング) ぎゅうにゅう トマトスープ	乳 小麦 乳	ピタパン あぶら きびぎとう サウザンアイランドドレッシング オリーブオイル じゃがいも きびぎとう	ぶたにく ぎゅうにゅう ウィナー	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ あかピーマン にんにく セロリ たまねぎ にんじん だいこん マッシュルーム パセリ トマト	603	26.7
10 金	ハヤシライス(ごはん) ぎゅうにゅう コーンサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 乳	ごはん あぶら かんきつドレッシング	ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり コーン にんじん	627	21.0
13 月	ラタトゥイユチーズバーガー(こどもパン) チーズインハンバーグ ラタトゥイユ ぎゅうにゅう キャロットスープ	(小麦) 卵 乳 小麦 乳 乳 小麦	こどもパンスライス オリーブオイル バター じゃがいも	チーズインハンバーグ ベーコン ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム スキムミルク シュレッドチーズ	にんにく たまねぎ なす ズッキーニ ビーマン あかピーマン トマト たまねぎ にんじん パセリ	594	28.1
14 火	ごはん ぎゅうにゅう パオズ かんこくふうやきにく もずくスープ	乳 小麦 コムギ コムギ	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう パオズ ぶたにく とりにく とうふ もずく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ねぎ ビーマン しょうが たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ	646	27.8
15 水	なつやさいカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう ズッキーニきりばしだいこんのごまあえ(ドレッシング) パインクレープ	乳 小麦 乳	むぎごはん あぶら きびぎとう ごまドレッシング パインクレープ	ぶたにく ぶたレバー ぎゅうにゅう スキムミルク シュレッドチーズ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん なす かぼちゃ ビーマン あかピーマン きりばしだいこん ズッキーニ キャベツ にんじん コーン	732	20.2
計 11 回		コムギは 醤油由来 です。	※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります ※給食で使用している魚は骨取りではありません		平均栄養量	644	24.3

※アレルギー表記については、食料納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき9大アレルゲンのみ表記したものです。コンタミネーションに関する表記はしておりません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。  
 ※中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合もあります。文差のないよう注意して調理しておりますが同じ調理場で調理しておりますのでご了承ください。  
 ※主食工場では、次の食材を含む製品を製造しています。  
 ・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。  
 ・製麺工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。  
 ・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。  
 ※使用材料をすべて載せているわけではありません。  
 ご家庭でも注意していただき、ご不明な点等がありましたら遠慮なく学校給食センター(0493-22-0741)までお問い合わせください。  
 ※令和7年度2学期から、株式会社松屋フーズと連携し、食品(給食)残さの再生利用に取り組んでいます。

～7月の行事食～  
 2日 半夏生献立  
 7日 七夕献立  
 9日 世界の料理(トルコ共和国)

**子どもクッキング開催のお知らせ**  
 日時 令和8年7月29日(水)・30日(木) 9時30分～13時  
 会場 東松山市保健センター2階 健康指導室・栄養指導室  
 ☎355-0016 東松山市材木町2-36  
 内容 講話『主食・主菜・副菜のそろった食事を食べよう』  
 調理実習  
 対象者 市内小学校4～6年生 12名  
 詳細は広報紙をみてね♪

企業版ふるさと納税寄附企業のご紹介  
 株式会社すかいらーくホールディングス様・かつこ株式会社様から企業版ふるさと納税でご寄附をいただきました。寄附金は学校給食運営事業に活用させていただきます。

