

令和7年 7月分献立予定表

吉野川市学校給食センター

給食だより

令和7年
7月号

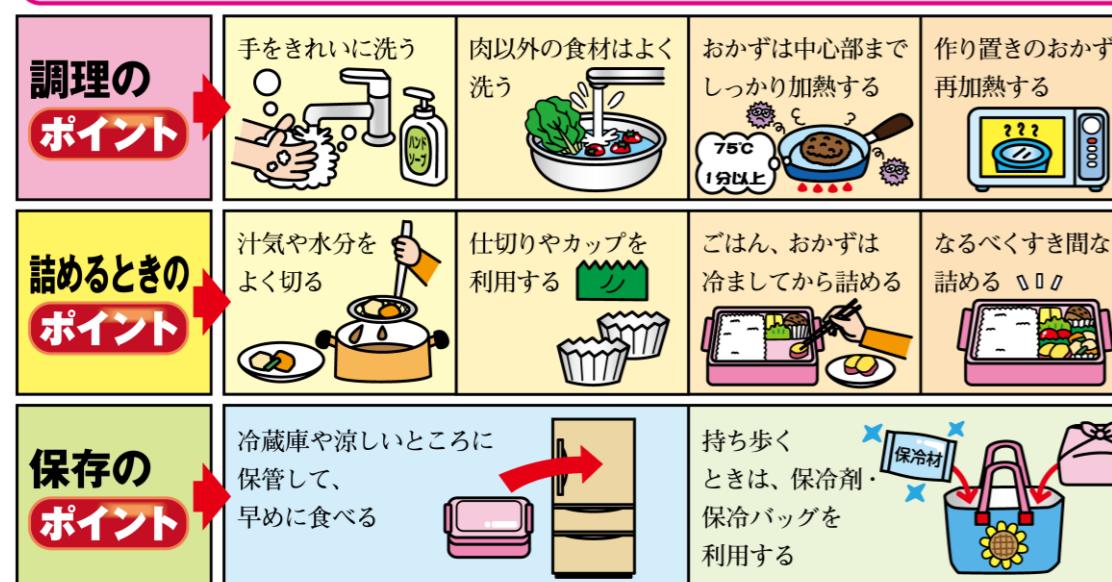
今月の地産地消

【JA徳島県】……米
【ひまわり農産市鴨島店】…なす、すいか
【真相さん・山川町】…なす

暑い時期は 食中毒に要注意！

食中毒は、細菌やウイルスが付いた食べ物や、有害・有毒な成分を含む食べ物を食べて、腹痛や下痢、吐き気、発熱などの症状が起こることです。1年のうちでも気温や湿度が高くなる6~9月ごろは、細菌による食中毒の発生が多くなる時期で、特に、作ってから食べるまでに時間がかかるお弁当は、より一層、衛生面で注意が必要です。以下のポイントに気をつけるとともに、食べる前には必ず手を洗いましょう。

○お弁当作りの食中毒防止対策



古代中国では、七夕に無病息災を願って「索餅」というお菓子をお供えし、食べる風習がありました。索餅は、小麦粉などで作った生地を縄のようになじったもので、そうめんの原型とされています。



18日(金)はふるさと給食の日

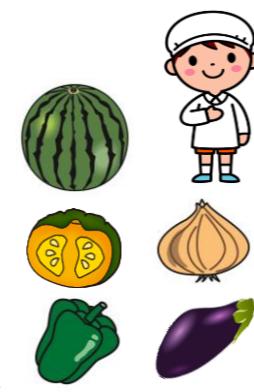
ごはん

米…吉野川市産

牛乳…四国産

夏野菜カレー
なす…吉野川市産

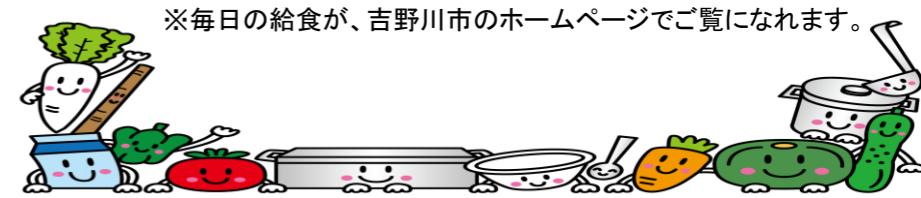
すいか入りフルーツ
ポンチ
すいか…吉野川市産



日曜日	こんだてめい			しょくひんめい(さいりょうめい)						えいようか 上段・小学校中学年 下段・中学校		
	しゅしょく つけるもの	牛乳	お か ず	血や肉や骨になるもの		体の調子を整えるもの		働く力や熱になるもの		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
				1群	2群	3群	4群	5群	6群			
1 火	さつまいもパン	牛乳	野さいいためたわらがたメンチカツ えだまめ	ぶた肉 メンチカツ	牛乳	にんじん ピーマン	しょうが たまねぎ キャベツ えだまめ ヤングコーン もやし	さつまいもパン	あぶら	677 751	27.5 30.6	23.9 25.6
2 水	ごはん	牛乳	さばのしおやき きゅうりのかおりづけ だいすり入りきんぴらごぼう	さば とり肉 だいす ちくわ	牛乳 くわわかめ	にんじん	きゅうり ごぼう こんにゃく	米 さとう	あぶら ごまあぶら ごま	669 791	27.7 32.6	23.4 26.7
3 木	コッペパン チョコペースト	牛乳	ポークチャップ じやがいものベーコンに そえ野さい	ぶた肉 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ キャベツ	コッペパン さとう でんぶん じやがいも	あぶら	626 709	24.3 27.6	20.4 23.0
4 金	麦ごはん	牛乳	ガパオライスのぐ 目玉やき ケイティオースープ	ぶたひき肉 だいす 目玉やき とり肉	牛乳	にんじん ピーマン パブリカ ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ しめじ	米 おし麦 さとう クイッティオ	あぶら	628 729	25.3 28.6	19.6 21.2
7 月	わかめごはん	牛乳	ほしがたハンバーグでりやき ソース おひたし そうめんじる たなばたゼリー	ハンバーグ ちくわ あぶらあげ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ いたけ	米 さとう でんぶん そうめん たなばたゼリー	あぶら	603 733	18.6 22.5	13.2 15.6
8 火	キャラメルパン	牛乳	しろみ魚フライ そえ野さい ようふうたまごスープ パックソース	しろみ魚フライ ベーコン たまご	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ にんにく たまねぎ	キャラメルパン じやがいも	あぶら	613 702	24.5 28.1	22.6 25.6
9 水	ごはん	牛乳	牛どんのぐ わかめときゅうりのすのもの おちやめなだいす	牛肉 あぶらあげ おちやめなだいす	牛乳 わかめ	にんじん	にんにく たまねぎ こんにゃく ごぼう いたけ キャベツ きゅうり	米 さとう あぶら ごま	618 720	20.1 22.8	14.8 16.2	
10 木	コッペパン	牛乳	ミートなすスパゲティ チキンナゲット そえ野さい	ぶたひき肉 チキンナゲット	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ なす キャベツ きゅうり	コッペパン スパゲティ	あぶら ドレッシング	629 748	26.1 31.1	20.7 24.4
11 金	ごはん	牛乳	チャアシャンドウフ もやしとチキンのナムル	ぶた肉 みそ あつあげ サラダチキン	牛乳	ねぎ にんじん	しょうが にんにく たまねぎ しめじ もやし きゅうり	米 さとう でんぶん	あぶら ドレッシング	608 714	22.0 25.5	16.6 18.6
14 月	ごはん	牛乳	チキンなんばん 夏野さいのみそしる そえ野さい ノンエッグタルタルソース	とり肉 みそ とうふ あぶらあげ	牛乳	にんじん かぼちゃ	たまねぎ なす キャベツ	米 さとう でんぶん	あぶら ノンエッグタ ルタルソース	704 874	26.7 34.6	21.9 27.2
15 火	パンブキンパン	牛乳	やきビーフン ぎょうざ	ぶた肉 ぎょうざ さつまいげ	牛乳	にんじん	たまねぎ しめじ キャベツ もやし	パンブキンパン ビーフン	あぶら	603 720	23.0 27.4	17.8 21.2
16 水	ごはん のりふりかけ	牛乳	じやがいものそぼろ煮 ますのしおやき	ぶたひき肉 ます	牛乳	にんじん	しょうが こんにゃく たまねぎ	米 さとう じやがいも	あぶら	626 739	26.8 30.9	16.7 18.6
17 木	コッペパン メープルジャム	牛乳	チリコンカン ツナときゅうりのサラダ	ぶたひき肉 ツナ だいす きんとき豆 てぼう豆	牛乳	にんじん トマト	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり	コッペパン じやがいも さとう メープルジャム	あぶら ドレッシング	649 735	26.1 29.8	21.8 24.5
18 金	ごはん	牛乳	夏野さいカレー すいか入りフルーツポンチ	ぶた肉 いんげん豆	牛乳	にんじん かぼちゃ ピーマン	にんにく たまねぎ なす すいか パン もも	米 カクテルゼリー	あぶら	660 772	18.7 21.3	15.8 17.1

※材料の購入その他の理由による変更をご了承ください。

※毎日の給食が、吉野川市のホームページでご覧になれます。



◎1人当たりの個数

日曜日	食 品 名	小	中
10 木	チキンナゲット	2個	3個
14 月	チキンなんばん	2個	3個
15 火	ぎょうざ	2個	3個