

令和8年度 7月分 小学校給食献立表

泉大津市教育委員会

日 曜	献 立 名	材料の種類と体内での働き		
		主にエネルギーのもとになる	主に体を作るもとになる	主に体の調子を整えるもとになる
1 水	減量ごはん 牛乳 きざみうどん ひじき豆 ミニフィッシュ	減量ごはん うどん サラダ油	牛乳 大豆 うすあげ ひじき ミニフィッシュ ちくわ 鶏肉	こんにゃく ごぼう にんじん 青ねぎ
2 木	たこ飯 発酵乳 田舎汁 豆腐野菜ナゲット	アルファ化米 クリスタル 里いも	発酵乳 たこ うすあげ 豆腐 かまぼこ みそ 豆腐野菜ナゲット	乾燥大根葉 ごぼう 有機にんじん 青ねぎ しいたけ
3 金	ごはん 牛乳 ワンタンスープ ユーリンチー ふりかけ	ごはん ワンタン皮 片栗粉 ごま油 天ぷら油	牛乳 ハム 鶏肉	土しょうが たけのこ たまねぎ にんじん 白ねぎ 青ねぎ もやし
6 月	麦ごはん 牛乳 かぼちゃのコンソメ ドライカレー	麦ごはん 小麦粉 サラダ油	牛乳 合ミンチ ベーコン	かぼちゃ キャベツ 土しょうが たまねぎ トマト にんじん にんにく ピーマン しめじ ケチャップ 粉パセリ
7 火	ごはん 発酵乳 にゅうめん汁 太刀魚の竜田揚げ セタデザート	ごはん そうめん 天ぷら油	発酵乳 星形かまぼこ 太刀魚の竜田揚げ	豆苗 土しょうが 大根 にんじん 青ねぎ 白菜
8 水	減量パン 牛乳 なすとトマトのサマーパスタ フルーツ寒天	減量パン スパゲティー オリーブ油	牛乳 まぐろ油漬 ベーコン	ズッキーニ たまねぎ トマト なす にんにく パセリ みかん 黄桃 パイン 寒天 ケチャップ
ときめき	ごはん にらとチンゲンサイの春雨スープ 牛肉と夏野菜の甘酢あん もやしのナムル	ごはん 片栗粉 春雨 ごま油 サラダ油	牛肉 ハム	土しょうが たまねぎ チンゲンサイ なす にら にんじん パプリカ ししいたけ
10 金	ごはん 牛乳 すき焼き チキンときゅうりの酢の物	ごはん ふ サラダ油	牛乳 豆腐 わかめ 牛肉 サラダチキン	こんにゃく きゅうり ごぼう たまねぎ 白ねぎ 青ねぎ 白菜 えのきたけ
13 月	オリーブパン 牛乳 野菜の洋風煮 豚肉とズッキーニの炒め物	オリーブパン じゃがいも サラダ油 ノンエッグマヨネーズ	牛乳 豚肉 ウィンナー	キャベツ ズッキーニ たまねぎ ホールコーン にんじん パプリカ 粉パセリ
14 火	玄米ごはん 牛乳 冬瓜のエスニックスープ ガパオライス 冷凍パイン	玄米ごはん サラダ油	牛乳 ベーコン 鶏ミンチ	土しょうが たまねぎ とうがん にんじん にんにく ピーマン パプリカ もやし 白ねぎ レモン汁 バジルペースト パイン
15 水	減量ごはん 牛乳 富士宮焼きそば風スパゲティー ひじきとじゃこの炒り煮	減量ごはん スパゲティー サラダ油	牛乳 青のり ひじき 削り粉 ちりめんじゃこ ちくわ 豚肉	こんにゃく キャベツ たまねぎ にんじん もやし

(7月分給食予定回数11回)

※都合により献立や材料の変更がありますのでご了承ください。

給食1回あたりの 栄養基準量	エネルギー	たんぱく質	脂 肪 総エネルギー 30%以下	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC
今月の栄養量	650Kcal	24.0g		350mg	3.0mg	200μgRAE	0.40mg	0.40mg	25mg
	591	22.2	29	284	2.8	159	0.39	0.41	24

ときめき給食の紹介

★7月9日「夏バテ知らず！薬膳パワーごはん！」

薬膳とは、季節や体調に合わせて食材を組み合わせる食事のことです。
夏の薬膳は、「身体にこもった熱を冷ます」「汗で失われた水分を補う」
「胃腸のはたらきを整える」ことが基本です。夏野菜には、水分やカリウム
が豊富で、体温を調整してくれます。酢には、胃腸を刺激し消化吸収を
サポートしたり、腸内環境を整える効果があります。しっかり食べて
夏バテを予防しましょう。

泉大津市独自の給食費のしくみ

物価高騰に伴い食材費が高騰するなか、国・府の交付金で賄いきれない
食材費の増加分を保護者負担とせず、市費で負担することで、保護者負担を
ゼロとし、安全・安心で美味しいこだわりの給食を提供しています。
※中学校は一部負担あり

毎月19日は食育の日

しよくいく ひこんだて

食育の日献立

★7月15日(水)

しずおかけん きょうどりょうり ふじのみや

静岡県の郷土料理「富士宮焼きそば」

しずおかけん どうち けず こ

静岡県のご当地グルメです。いわしの削り粉を使うので魚介の
うまみが効いています。給食では、スパゲッティーを使うため
「富士宮焼きそば風スパゲティー」という名前で登場します。

	従来	R5～	R8～
国費			物価高騰増加分
市費	食料費のうち市で賄えることので おらずなどの増加分を賄う	米代	米代 物価高騰増加分
県費	光熱費 人件費等	光熱費 人件費等	光熱費 人件費等
市費	食材費 (給食費)	食材費 (給食費)	0 食材費 (給食費)
	小・中	小・中	小・中

※物価高騰増加分の一部に対し物価高騰対応重点支援地方
創生臨時交付金を活用しています。