

日	曜日	献立名			おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる		献立のねらい	エネルギー(kcal)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		主食等・スプーン	牛乳	副食	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜くだもの・きのこ	穀類・いも・さとう	油脂・種実		小学校	中学校
1	水	五目ごはん		白身魚のこうみあげ たこときゅうりのすのもの 半夏（はんげ）のだんご	とりにく 油揚げ たこ メルルーサ 小豆	牛乳 あおのり わかめ ちりめん	にんじん	ごぼう えだまめ しいたけ しょうが にんにく きゅうり	米 こんにやく さとう 上新粉 でんぶん はるさめ 白玉だんご	油 ごま	半夏生 (7月1日)	656	825
2	木	ミルクパン 		鮭とズッキーニのチーズ焼き 五目サラダ ABCスープ 【中】さつまいもチップス	さけ ちくわ ベーコン	牛乳 チーズ	グリーンアスパラ ガス にんじん チンゲンサイ パセリ	ズッキーニ しめじ えだまめ きゅうり キャベツ たまねぎ	ミルクパン さとう 英字パスタ 【中】さつまいも チップス	油 ごま エッグフリー マヨネーズ	実になる夏野菜 「ズッキーニ」	595	777
3	金	豚キムチ丼 (麦ごはん) 		小さいわしのフライ 切干大根のごまドレッシングあえ	豚肉	牛乳 小さいわし	にんじん にら 小松菜	しょうが たまねぎ キャベツ にんにく 切干大根 白菜キムチ	米 麦 さとう	油 ごま ごま油	夏バテ予防	627	797
6	月	麦ごはん		とり肉のてりやき 小松菜のアーモンドあえ なすのそうめん汁 七タゼリー	とりにく 油揚げ	牛乳	小松菜 にんじん ねぎ	しょうが もやし キャベツ たまねぎ なす えのきたけ	米 麦 さとう でんぶん そうめん 七タゼリー	油 アーモン ド	七タの行事食	632	775
7	火	こめこパン 		チリコンカン ごぼうサラダ すいか	金時豆 豚肉 牛肉 ちくわ	牛乳	にんじん トマト ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ	たまねぎ にんにく ごぼう コーン きゅうり すいか	こめこパン さとう	油 エッグフリー マヨネーズ	夏の水分補給	633	792
8	水	 カミカミデー あなごずし		かぼちゃのてんぷら 白うりのおかかあえ ふしめん汁	あなご かつおぶし とうふ 油揚げ	牛乳	かぼちゃ にんじん ねぎ	えだまめ たくあん しろうり きゅうり なす たまねぎ	米 さとう てんぷら粉 ふしめん	油 ごま	旬： 白うり・ あなご	625	840
9	木	小型ミルクパン		ソース焼きスパゲティ フライビーンズ アスパラガスのサラダ キャンディチーズ	豚肉 大豆	牛乳 あおのり チーズ	にんじん ピーマン グリーンアスパラ ガス	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しいたけ コーン	ミルクパン スパゲティ でんぶん	油 ごまド レッシン グ	丸亀市産： アスパラガス	629	826
10	金	夏野菜カレー ライス 		ひじきとツナのサラダ 冷凍みかん	牛肉 ベーコン ツナ	牛乳 脱脂粉乳 ヨーグルト チーズ ひじき	にんじん かぼちゃ トマデュレ オクラ	たまねぎ なす えだまめ にんにく りんご キャベツ きゅうり コーン みかん	米 麦 じゃがいも 小麦粉 さとう	油 バター 和風ごまド レッシング	夏野菜を 食べよう	619	770
13	月	わかめごはん		あじのさんばいず 元気サラダ オリーブ豚汁 【中】昆布大豆	あじ ハム かつおぶし 豚肉 とうふ みそ 【中】大豆	牛乳 こんぶ わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ コーン キャベツ きゅうり ごぼう もやし	米 麦 さとう こんにやく	油	郷土料理 「あじの三 杯酢」	603	789
14	火	コッペパン 黒豆きなこクリーム 		とり肉とズッキーニのスープ煮 いりことアーモンドのオリーブオイル 飯山のもも入りフルーツポンチ	とりにく	牛乳 かえり	にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ しめじ ズッキーニ パイん みかん もも	コッペパン じゃがいも ゼリー さとう	油 オリーブ 油 アーモン ド	飯山のもも	603	745
15	水	麦ごはん		さばのみそだれかけ キャベツの昆布あえ かきたま汁	さば みそ 卵 とうふ	牛乳 塩こんぶ ちりめん	小松菜 にんじん ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ しいたけ	米 麦 さとう でんぶん	ごま	卵の栄養	643	833
16	木	こくとうパン 		キャベツと肉団子のスープに ゴーヤチャンプルー 【小中】ミニトマト ヨーグルト	肉だんご あさり とうふ 豚肉 ちくわ 卵 かつおぶし	牛乳 ヨーグルト	にんじん チンゲンサイ 【小中】ミニ トマト	たけのこ キャベツ たまねぎ しいたけ しょうが にがうり	コッペパン さとう はるさめ	油	旬： ゴーヤ	621	802
17	金	 丸亀の日 麦ごはん		とり肉のレモンソース モロヘイヤとキャベツのおひたし 夏の月菜汁	とりにく かつおぶし うずら卵 とうふ	牛乳	モロヘイヤ 小松菜 にんじん ねぎ	レモン もやし キャベツ たまねぎ なす	米 麦 上新粉 でんぶん さとう	油	夏休みの過 ごし方	608	768

【かがわ印給食ウィーク】（13日～17日）香川県でとれた農水畜産物を使った学校給食を提供する取組の週間。
* 献立は、材料その他の都合により変更することがあります。 * エネルギーは、小学校4年生(基準値630Kcal・中学校2年生810Kcal)の値です。

今月はこれを
使うのじゃ！

丸亀市産食材

小松菜 チンゲン菜 にんにく アスパラガス きゅうり なす たまねぎ ミニトマト
ズッキーニ しろうり かぼちゃ モロヘイヤ もも

香川県産の食材

米 大麦 牛乳 卵 米粉パン とり肉 かえり えのきたけ 小さいわし
たけのこ きくらげ みかん

丸亀市の特産品「もも」について

飯南のもも

丸亀市飯山町と綾歌町でとれたももは「飯南のもも」として人気があり、県外にもたくさん出荷されています



栽培の様子

太陽の光がいっぱい当たるように枝を「Y」の字の形に整えま

桃の実が大きくなったら、傷つけないように袋をかけて、大切に育てます。





給食では



7/14(火)「もも入りフルーツポンチ」で登場します。ももを小さくカットし、缶詰めの「みかん」「パイん」と「冷凍ゼリー」と合わせます。「手作りのシロップ」で食べやすい甘さになるように調整しています♪