2025年 7月度　　詳細献立表

日（曜）	1（火）	2（水）	3（木）	4 （金）	7（月）	8（火）	9（水）	10（木）	11（金）	14（月）
献立	牛乳 発芽玄米ごはん 鶏と野菜の焼きつくね いろどりきんぴら 鮭だんごのみそ汁	牛乳 鮭と枝豆のごはん いわしおろし煮 キャベツの和え物 高野豆腐のみそ汁	牛乳 丸コッペパン 星のコロッケ（七夕） 野菜サラダ 七夕はるさめスープ 七夕ｾﾞﾘｰﾊﾟｲﾝ味	牛乳 発芽玄米ごはん 鮭の塩焼き - めかぶソース 高野豆腐と大豆の煮物 野菜となめこのみそ汁	牛乳 青菜ごはん 京風卵焼き 肉じゃが もやしとｷｬﾍﾞﾂのみそ汁	牛乳 発芽玄米ごはん 鰆のマスタード焼き 大根サラダ あさりとめかぶのスープ	牛乳 発芽玄米ごはん 県産イナダフライ 納豆あえ 野菜たっぷりみそ汁	牛乳 長コッペパン切目入 エルンテフェスト ポテトサラダ もやしのスープ	牛乳 発芽玄米ごはん 豚の生姜炒め わかめの酢の物 野菜たっぷりきのこ汁 はちみつレモンゼリー	牛乳 発芽玄米ごはん 夏野菜カレー いわて純情メンチカツ かりぽりあえ
献立の材料	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 **鶏と野菜の焼きつくね** 豚肉 ごぼう レンコン水煮（ｲﾁｮｳ切） にんじん ４色ピーマンスライス 穀物酢 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん 料理酒 ごま油 **国産鮭ボールCa** だいこん にんじん 糸こんにゃく ねぎ 白菜 だしパック 信州味噌 岩手田舎みそ【赤】CaFe	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 **鮭フレーク** むき枝豆 **いわしのおろし煮** カット油揚げ 塩蔵わかめ キャベツ にんじん 砂糖 穀物酢 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） にんじん だいこん じゃがいも しいたけ 大根葉 だしパック 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 **スタービーフコロッケ** ホワイトサラダ油 海藻サラダ だいこん とうもろこし(冷凍) にんじん イタリアンドレッシング はくさい いんげん豆春雨カット にんじん しめじ 星麩 コンソメ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 白こしょう **七夕ゼリーパイン味**	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 鮭切り身 食塩 冷凍めかぶせん切 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） かつおだし 高野豆腐さいのめ にんじん ごぼう 町産大豆（乾燥） むき枝豆 干しいたけ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 砂糖 本みりん だいこん 玉ねぎ じゃがいも なめこ ほうれんそう だしパック 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 水稲穀粒(精白米) 発芽玄米 強化米 **青菜ごはんの素** **京風ねぎ入り卵焼き** 豚肉 米油 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 糸こんにゃく さやいんげん 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん 砂糖 料理酒 キャベツ もやし にんじん カット油揚げ だしパック 信州味噌（白） 岩手田舎みそ【赤】CaFe	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 さわら切り身 食塩 こしょう 料理酒 ノンエッグマヨネーズ 粒入りマスタード だいこん きゅうり ささみフレーク 青じそドレッシング おいしいあさり にんじん はくさい たけのこ水煮せん切 冷凍めかぶせん切 チンゲンサイ ねぎ タンサイフ 食塩 こしょう 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ）	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 **県産イナダフライ** ホワイトサラダ油 挽割納豆 ほうれんそう にんじん はくさい もやし ねぎ ダイスチーズ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） そばつゆ あおのり だいこん にんじん ごぼう 冷凍厚揚げ まいたけ だしパック 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 **エルンテフェスト** トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン トマトピューレ たまねぎ 砂糖 じゃがいも にんじん 玉葱 冷凍ブロッコリー 冷凍ブロッコリー茎 とうもろこし(ｶｰﾈﾙ冷凍) ノンエッグマヨネーズ こしょう 砂糖 穀物酢 もやし しめじ ねぎ にんじん 鶏むね肉 塩蔵わかめ コンソメ 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） 食塩	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 豚肉 おろししょうが 玉葱 青ピーマン つきこんにゃく 砂糖 料理酒 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） そばつゆ 塩蔵わかめ もやし きゅうり にんじん 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 穀物酢 だいこん にんじん カット油揚げ なめこ まいたけ しめじ だしパック 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌 **はちみつレモンゼリー**	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 パプリカダイス 素揚げ茄子乱切 鶏肉 玉葱 にんじん じゃがいも カレールウ トマトケチャップ 中濃ソース 米油 おろししょうが おろしにんにく **いわて純情メンチカツ** ホワイトサラダ油 キャベツ きゅうり **福神漬け** いりごま（白） 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ）
実施校	全校	全校	全校	全校	豊小　山中３－３以外	豊小　山中3-1と特別支援学級以外	山小　豊小 山中3-2以外	全校	全校	全校

2025年 7月度　　詳細献立表

日(曜)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	28(月)	29(火)
献立	牛乳 ジューシー 鮭の塩麹焼 もやしと若芽のじゃこあえ 沖縄もずくスープ シークワーサーゼリー	牛乳 発芽玄米ごはん さばのみりん干し 高野豆腐のそぼろ煮 じゃが芋とわかめのみそ汁	牛乳 黒糖パン なすとﾍﾟﾝﾈのﾐｰﾄｶﾚｰｸﾞﾗﾀﾝ 花野菜サラダ ポトフ	牛乳 発芽玄米ごはん チキンチキンごぼう バンバンジーきゃべつ 豆腐とわかめのみそ汁 らむねゼリー	牛乳 発芽玄米ごはん ピーマンのにくづめ焼き しゃりしゃりポテトサラダ 卵とチーズのふわふわスープ	牛乳 発芽玄米ごはん サバ生姜煮 ブロッコリーのツナポン 野菜たっぷりみそ汁	牛乳 長コッペパン 鶏肉のレモンソース焼き 大豆のサラダ ラビオリスープ 牛乳たっぷりｺｺｱﾊﾞﾊﾞﾛｱ	牛乳 麦ごはん 野菜餃子 冷麺風サラダ 担々春雨スープ	牛乳 発芽玄米ごはん 大豆入りつくね じゃがいものツナ炒め 水菜とえのきの 肉団子スープ	牛乳 発芽玄米ごはん 鶏肉のチリソース煮 切干大根の中華サラダ カルビクッパスープ
献立の材料	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 料理酒 食塩 タンサイフ 豚肉 干しいたけｽﾗｲｽ 細切昆布 さつま揚げ 米油 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん オイスターソース 鮭切り身 塩麹 塩蔵わかめ もやし きゅうり かるしおしらす 砂糖 穀物酢 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） ごま油 食塩 沖縄もずく 豆腐 えのきたけ水煮 **T短冊かまぼこ** ねぎ 鳥がらだし 料理酒 うすくちしょうゆ 食塩 **シークワーサーゼリー**	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 **さばみりん干し** 凍り豆腐さいのめ 玉葱 鶏ひき肉 さやいんげん おろししょうが 米油 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん かたくり粉 水 じゃがいも 塩蔵わかめ ねぎ チンゲン菜 だしパック 信州味噌 岩手田舎みそ【赤】CaFe	牛乳 県産強力粉 食塩 黒砂糖 脱脂粉乳 ソフトタイプマーガリン ペンネ 豚ひき肉 豚レバーチップ 玉葱 にんじん なす 米油 カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース こしょう シュレッドチーズ 冷凍ブロッコリー 冷凍カリフラワー キャベツ パプリカ赤 穀物酢 米油 砂糖 食塩 こしょう 県産強力粉 ベーコン じゃがいも 玉葱 にんじん キャベツ ぶなしめじ むき枝豆 コンソメ こしょう	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 鶏肉 ごぼう 片栗粉 米油 水 かつおだし 料理酒 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん むき枝豆 鶏ささ身フレーク キャベツ にんじん きゅうり 棒棒鶏ドレッシング 湯通し塩蔵わかめ(塩抜き) 豆腐 玉葱 ねぎ カット油揚げ だしパック 信州味噌 岩手田舎みそ【赤】CaFe らむねゼリー	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 米油 豚ひき肉 豚レバーチップ おろししょうが おろしにんにく 玉葱 パン粉 食塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン 砂糖 じゃがいも きゅうり にんじん ロースハム ツナレトルト 刻みのり ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞフレンチ（白） いりごま（白） 米油 ベーコン 玉葱 にんじん えのきたけ たまご パルメザンチーズ パン粉 じゃがいも コンソメ こしょう パセリ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 **さばみそ煮** 冷ブロッコリー きゅうり キャベツ ツナレトルト ぽん酢しょうゆ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） ごぼう はくさい しめじ えのきたけ にんじん 水菜 糸こんにゃく 豆腐 だしパック 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 鶏もも肉 レモンペッパー焼きオイル 県産水煮大豆 キャベツ きゅうり とうもろこし(冷凍) ｲﾝﾄﾞｶﾚｰ屋さんの謎ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 玉葱 じゃがいも にんじん ラビオリ（プレーン） トマトピューレ トマトケチャップ 砂糖 コンソメ おろしにんにく こしょう **牛乳たっぷりココアババロア**	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 **野菜餃子** 米粉麺 学給キムチ きゅうり だいこん にんじん いりごま（白） 冷やしラーメンスープ 水 いんげん豆春雨カット 豚ひき肉 大豆ミートミンチ 米油 チンゲンサイ もやし にんじん ねぎ とうもろこし（冷凍） えのきたけ 味噌ラーメンスープ 鶏がらスープ ねりごま（白） いりごま（白） 豆　板　醤	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 鶏ひき肉 玉葱 にんじん 大豆ミートミンチ 信州味噌 料理酒 ノンエッグマヨネーズ 片栗粉 じゃがいも こまつな にんじん ツナレトルト 米油 食塩 こしょう パルメザンチーズ **ﾎﾟｰｸ&ﾁｷﾝﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ** えのきたけ きょうな ねぎ はくさい 鶏がらスープ 本みりん オイスターソース	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 鶏肉 かたくり粉 オイルスプレー 冷ソテーオニオン おろししょうが おろしにんにく トマトケチャップ トマトチリソース タンサイフ 砂糖 パセリ 切干大根 にんじん きゅうり もやし ロースハム いりごま（白） 穀物酢 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） ごま油 砂糖 牛もも肉 料理酒 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） おろしにんにく ごま油 しいたけ にんじん だいこん たまねぎ　ねぎ 鶏ガラスープ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん　砂糖 たまご
実施校	全校	全校	全校	全校	豊小　山中	豊小　山中	豊小　山中	山中	山中	山中