



# 7月の献立表



令和7年7月  
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
献立	 2016.7.21. 江戸川区立船堀第二小学校 	1日 632kcal ・二色そばろ丼・牛乳 ・たこ焼きくん ・小松菜とじゃが芋のみそ汁 ・冷凍みかん	2日 548kcal ・シーフードピザトースト・牛乳 ・ペンネアラビアータ ・ポテトスープ ・さくらんぼ	3日 626kcal ・ごはん+葛西産海苔の佃煮・牛乳 ・カツオと大豆の揚げ煮 ・冬瓜のそばろ煮 ・あられ麩のかきたま汁・小玉すいか	4日 585kcal ・アスパラコーンピラフ・牛乳 ・ジャーマンオムレツ ・フィッシュサラダ ・レタスとトマトのスープ
		食赤 黄 7月3日の海苔の佃煮は、NPO法人ふるさと東京を考える会の 品緑 みなさんから寄贈されました。	牛乳 たこ 桜エビ たまご おかか 青のり とり肉 煮干し粉 かつおぶし 油揚げ みそ 米 むぎ 油 ごま じゃが芋 大和芋 てん粉 小麦粉 マヨネーズ (卵無) 三温糖 しょうが 小松菜 キャベツ にんじん 玉ねぎ ねぎ 冷凍みかん	牛乳 ベーコン あさり イカ エビ ツナ ピザチーズ ひよこ豆 パン オリーブ油 ベンネ さとう 油 じゃが芋 ごま にんにく 玉ねぎ にんじん ビーマン マッシュルーム トマト アスパラガス コーン キャベツ えのきだけ 小松菜 さくらんぼ	牛乳 のりの佃煮 大豆 あおのり 凍り豆腐 かつお とり肉 油揚げ たまご とうふ わかめ 米 むぎ でんぷん 油 三温糖 ごま あられふ しょうが とうがん にんじん しめじ さやいんげん みつば すいか
	7日 567kcal	8日 632kcal	9日 588kcal	10日 574kcal	11日 568kcal
献立	・七夕寿司・牛乳 ・ししゃものりごま揚げ ・そうめん汁 ・キラキラ星寒天	・フィッシュバーガー・牛乳 ・ビーンズホワイトシチュー ・シーフードワカメサラダ ・パインアップル	・夏野菜の麻婆豆腐丼・牛乳 ・青のりポテト ・春雨スープ ・バナナ	・にんにくじゃこチャーハン・牛乳 ・納豆のつつみ揚げ ・ツナと大根のサラダ ・中華なめこのスープ	・ごはん・カルちゃんふりかけ ・牛乳・魚のカレーマヨごま焼き ・大根のおかか胡麻和え ・じゃが芋と生揚げのみそ汁
	14日 680kcal	15日 平均 531kcal	16日 625kcal	17日 676kcal	18日
献立	・トマトライスのホワイトソースかけ ・牛乳 ・ラタトゥユのチーズ焼き ・フレンチサラダ	※かぼちゃのサラダ、ワンタンスープは、共通です。 A-きなこ揚げパン 牛乳 小玉すいか B-揚げパン ジョア メロン クラスで時間がある時に、アンケートをとってもらいます。どちらにするか決めておきましょう。	・スパゲッティ茄子トマトミートソース ・牛乳 ・小松菜サラダ(ツナ) ・もやしとハムのスープ	・夏野菜のカレーライス ・牛乳・レバーのごまがらめ ・グリーンアスパラサラダ ・冷凍みかん	終業式