

2026年

スプーンをつく日です

7月

こんだてひょう

富良野広域連合上富良野学校給食センター

日付	曜日	料理名	使用食品名【太文字は富良野地域産の食材です】
1	水	コーンポタージュ	ホールコーン クリームコーン缶 たまねぎ 乾燥パセリ 牛乳 ボタージュエースコーン（乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉） 脱脂粉乳
		ハンバーグソースかけ	コンソメ（鶏肉・豚肉） 野菜フイヨン 生クリーム（乳） 瀬戸のほん塩 白こしょう 米油 水
		ブロッコリーソティ	ハンバーグ（大豆・鶏肉・豚肉） トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン てんさい糖 みりん でん粉 水
			ブロッコリー キャベツ にんじん コンソメ（鶏肉・豚肉） 瀬戸のほん塩 混合こしょう オリーブ油
2	木	とうふのスープ	とうふ ベーコン（大豆・豚肉） にんじん 長ねぎ エノキタケ コンソメ（鶏肉・豚肉）
		ハムチーズピカタ	野菜フイヨン 丸大豆醤油 白ワイン 瀬戸のほん塩 黒こしょう 白こしょう 水
		ポテトのミートソースに	ハムチーズピカタ（卵・乳・小麦・大豆・豚肉）
			大豆 ぶた肉 赤ワイン ジャがいも たまねぎ いんげん豆 てんさい糖 コンソメ（鶏肉・豚肉）
			トマトケチャップ トマトピューレー ハヤシルウ（小麦） 中濃ソース 黒こしょう 米油 水
3	金	かんさいうどん	バックうどん（小麦） とり肉 清酒 にんじん 長ねぎ ごぼう 乾燥しいたけ 油あげ
		やさいかきあげ	うどんつゆ（小麦・大豆） 丸大豆醤油 だしパック（さば） こんぶだし かつおだし 瀬戸のほん塩 水
		スティックなっとう	野菜かきあげ（小麦・大豆） 米油
			スティック納豆（大豆）
6	月	はくさいのみそしる	はくさい 人参 ほうれん草 油あげ 無添加みそ だしパック（さば） いりこだし かつおだし 水
		とうふのにくみそあんつつみ	豆腐の肉みそあん包み焼き（小麦・大豆・豚肉）
		ちゅうかにくじゃが	じゃがいも たまねぎ にんじん 枝豆 しょうが にんにく ぶた肉 清酒 てんさい糖
			丸大豆醤油 コチュジャン（大豆） 中華ソース（小麦・大豆・鶏肉・豚肉） 米油 ごま油 水
7	火	サガリじる	豚サガリ だいこん にんじん ジャがいも ごぼう 長ねぎ とうふ 水
		さばのみぞれに	無添加みそ 清酒 だしパック（さば） いりこだし かつおだし 米油
		キャベツのにびたし	さばのみぞれ煮（小麦・さば・大豆） ほねにちゅうい！
		たなばたゼリー	キャベツ もやし にんじん ちくわ かつお節 清酒 みりん 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩
			七夕お星さま三色ゼリー（大豆） 七夕メニューです！
8	水	わふうスパゲティ	スパゲティ（小麦） 瀬戸のほん塩 ぶた肉 白ワイン にんにく たまねぎ
		アンサンブルエッグ	にんじん ピーマン しめじ ホールコーン バター（乳） 黒こしょう スパ味（小麦・大豆）
		れいとうパイン	アンサンブルエッグ（卵・乳・豚肉・りんご）
			冷凍のパイン【加熱済み】 ほねにちゅうい！
9	木	イタリアンスープ	ベーコン（大豆・豚肉） 白ワイン マカロニ（小麦） たまねぎ にんじん はくさい いんげん豆 乾燥パセリ コンソメ（鶏肉・豚肉）
		メンチカツ	野菜フイヨン 鶏だし ガラスープ（鶏肉） 丸大豆醤油 白こしょう 瀬戸のほん塩 水 米油
		ピーマンとツナのソティ	メンチカツ（豚肉・鶏肉・大豆・小麦） 中濃ソース 米油
			ピーマン ホールコーン ツナ コンソメ（鶏肉・豚肉） 丸大豆醤油 オリーブ油 瀬戸のほん塩 白こしょう
10	金	ドライカレーライス	精白米 ぶた肉 赤ワイン 大豆たん白 しょうが にんにく ベーコン（大豆・豚肉） たまねぎ にんじん ピーマン 米油
		ふくしんづけ	トマト缶 小麦粉 カレー粉 カレールウ（乳・小麦・大豆・鶏肉） トマトケチャップ 丸大豆醤油 中濃ソース
		ドレッシングサラダ	福神漬け（小麦・ごま）
			にんじん きゅうり もやし ホールコーン 塩中華ドレッシング
13	月	いためビビンバ	精白米 ぶた肉 大豆たん白 にんにく 無添加みそ 丸大豆醤油 清酒 てんさい糖 コチュジャン（大豆） 米油
		ちゅうかスープ	もやし こまつな にんじん だけのこ水煮 アジアンソース（乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま） でん粉
		ぶどうゼリー	ベーコン（大豆・豚肉） とうふ にんじん 長ねぎ しょうが 中華スープの素（大豆・鶏肉・豚肉・ごま）
			がらスープ（鶏肉） 丸大豆醤油 清酒 瀬戸のほん塩 白こしょう 水
			ぶどうゼリー
14	火	かいそうのみそしる	茎わかめ ふのり エノキタケ にんじん 長ねぎ 無添加みそ だしパック（さば） いりこだし かつおだし 水
		いわしのしょうがに	いわしの生水煮（小麦・大豆） ほねにちゅうい！
		ようふうきんぴらごぼう	ごぼう 人参 ホールコーン つきこんにゃく ベーコン（大豆・豚肉） 清酒 てんさい糖 みりん 丸大豆醤油 白いりごま 米油 ごま油
15	水	だいこんとハムのスープ	だいこん にんじん こまつな ハム（豚肉） コンソメ（鶏肉・豚肉） 野菜フイヨン
		チキンカツ	鶏だし 白ワイン 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩 混合こしょう 水
		にんじんシリシリ	チキンカツ（乳・小麦・大豆・鶏肉） 米油 中濃ソース
		いちごジャム	にんじん ツナ 卵 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩 黒こしょう 白こしょう 米油
			いちごジャム パンにいちごジャムをはさんで食べて
16	木	かぼちゃだんごのスープ	ベーコン（大豆・豚肉） 白ワイン かぼちゃもち 乾燥パセリ だいこん にんじん
		たらのパジルオイルやき	コンソメ（鶏肉・豚肉） 野菜フイヨン 鶏だし 瀬戸のほん塩 白こしょう 水
		さんしょくソティ	たら切り身 パジルオイル（乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉） ほねにちゅうい！
			ホールコーン 枝豆 にんじん コンソメ（鶏肉・豚肉） 瀬戸のほん塩 混合こしょう 米油
17	金	みそラーメン	バックラーメン（小麦） ぶた肉 清酒 玉ねぎ はくさい もやし 人参 長ねぎ メンマ しょうが 無添加みそ
		しゅうまい	にんにく みそラーメンたれ（卵・大豆・鶏肉・豚肉・ごま） がらスープ（鶏肉） 清湯スープ こんぶだし 一味唐辛子 米油 水
		のりつくだに	大きなしゅうまい（卵・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・ゼラチン）
			ひじきのり（小麦・大豆）
21	火	ワントンスープ	ワントン（小麦・大豆・鶏肉・豚肉） キャベツ にんじん 長ねぎ ぶなしめじ しょうが 清酒 黒こしょう 白こしょう 水
		いかいそベフライ	中華スープの素（大豆・鶏肉・豚肉・ごま） がらスープ（鶏肉） 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩
		もやしのガーリックソティ	いか磯辺フライ（小麦・いか・大豆） 米油
			もやし にんじん ベーコン（大豆・豚肉） にんにく コンソメ（鶏肉・豚肉） 瀬戸のほん塩 混合こしょう オリーブ油
22	水	ポークシチュー	ぶた肉 赤ワイン にんにく ジャがいも 玉ねぎ 人参 枝豆 マッシュルーム トマト缶 ローリエ 黒こしょう 白こしょう 生クリーム（乳）
		ポテトカップグラタン	エスパニョールソース（乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご） デミグラスソース（小麦・鶏肉） コンソメ（鶏肉・豚肉） 脱脂粉乳 米油
		メロン	ポテトカップグラタン【ほうれんそう】（乳・小麦・大豆・鶏肉）
			メロン 今年もJAふらのさんからメロンを頂きました！
★ 8月の予定こんだて ★			朝ごはんも食べてね！
19	水	オニオンスープ	たまねぎ にんじん ホールコーン ぶなしめじ 炒め玉ねぎ（大豆）
		とうふハンバーグ	コンソメ（鶏肉・豚肉） 野菜フイヨン 白ワイン 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩 黒こしょう 白こしょう 米油
		レンコンソティ	豆腐ハンバーグ（大豆・鶏肉・豚肉） 丸大豆醤油 清酒 てんさい糖 みりん でん粉 水
			ぶた肉 れんこん水煮 にんじん 枝豆 てんさい糖 丸大豆醤油 バター（乳） 混合こしょう



今月の給食目標
「衛生的な食事をしよう」です。しっかりと手を洗って、バイ菌をやっつけましょう！



ラッキーday☆
汁の中に星形の
にんじんが入っています！

朝食……早起き！

生活リズムを整えよう！



7月分平均栄養価
熱量 小学生 649カロリー（650カロリー）
中学生 785カロリー（820カロリー）
たんぱく質 小学生 16.3%
中学生 15.9%
（16%）
（ ）内は学校給食の基準です。

食物アレルギーの原因となる食品（加工品含む）アレルギー物質を表示しています。ご家庭で参考にしてください。必ず表示の9品目【卵・乳・小麦・えび・カニ・そば・落花生・くるみ・カシューナッツ】と、表示が勧められている20品目【あわび・いか・いくら・さけ・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・ピスタチオ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・ごま・マカダミアナッツ・アーモンド】です。海藻類には甲殻類（えび、かに等）がまざる漁法で収穫されています。ご不明な点は学校給食センターまでご連絡をお願いします。 TEL45-3829

今月の給食で使用する食材(牛乳、メロンを除く)は、すべて加熱されています。 ※物資の都合により献立の一部が変更になる場合がありますがご了承願います。

給食についてのお知らせ



☆ 7月22日の給食に、JA富良野さんから頂いた「メロン」を提供します。毎年、この時期に無償で頂いています。みなさん、感謝しておいしく食べてください。今回提供される富良野メロンは、昼と夜の大きな気温差がある盆地特有の気候が育んだ、甘くてジューシーな味わいがあります。