

食堂献立表

7月

令和8年度 2026

	献立	使用材料品目		献立	使用材料品目
7/1 Wed	スタミナ炒め サニーレタス ミニトマト エビかつ オクラのおかか和え ご飯	(牛肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (おくら・かつお節) (白米)	7/16 Thu	カレーライス グリーンサラダ エビフライ フライドポテト	(白米・合挽ミンチ・玉ねぎ・じゃが芋・人参・カレー粉・福神漬) (キャベツ・サニーレタス・かいわれ大根) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (じゃがいも)
7/2 Thu	鯖の塩焼き 生野菜・ブロッコリー 焼きそば ミニオムレツ 春巻き ふりかけ ご飯	(さば) (キャベツ) (中華麺・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) (玉子) (春雨・竹の子・人参・小麦粉) (おかか・たらこ) (白米)	7/17 Fri	タルタルソースたっぷりの アジフライ チンゲン菜と人参の和え物 チキンナゲット ツナマヨフライ ご飯	(アジ・玉ねぎ・赤パプリカ・玉子・マヨネーズ) (チンゲン菜・人参) (鶏肉・小麦粉) (ツナ・メークイン・マヨネーズ・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)
7/3 Fri	きつねうどん わかめご飯 サニーレタス 鶏の天ぷら 白身魚フライ	(うどん・油揚げ・かまぼこ・わかめ・青ネギ) (白米・わかめ・胡麻) (鶏肉・小麦粉) (ホキ・小麦粉・玉子・パン粉)	7/21 Tue	サラダうどん わかめご飯 サニーレタス 竹輪の磯辺揚げ カレーコロッケ	(うどん・鶏肉・ロースハム・レタス・たまご) (白米・大根菜) (ちくわ・青のり) (メークイン・玉ねぎ・小麦粉・玉子・パン粉)
7/6 Mon	カレーピラフ サニーレタス ハンバーグ ミニトマト・ブロッコリー イカリングフライ	(白米・鶏肉・玉ねぎ・人参・コーン) (合挽ミンチ・玉ねぎ) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉)	7/22 Wed	鶏のから揚げ 生野菜・ミニトマト スパゲティサラダ ミニオムレツ 切り干し大根の煮物 ご飯	(鶏肉・片栗粉・レモン) (キャベツ) (スパゲッティ・ロースハム・胡瓜) (玉子) (切り干し大根・人参) (白米)
7/7 Tue	マーボー丼 生野菜 メンチカツ カニクリームコロッケ	(合挽ミンチ・絹ごし豆腐・中華味噌・青ネギ) (キャベツ) (合挽ミンチ・小麦粉・玉子・パン粉) (カニ・牛乳・生クリーム・小麦粉・玉子・パン粉)	7/23 Thu	チンジャオロース レタスサラダ エビかつ ぎょうざ ご飯	(牛肉・ピーマン・玉ねぎ・人参) (サニーレタス・レタス・胡瓜) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (豚ミンチ・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)
7/8 Wed	かに玉丼 生野菜 スパゲティサラダ 一口カツ	(白米・カニ・玉子) (キャベツ) (スパゲッティ・ロースハム・胡瓜) (豚肉・小麦粉・玉子・パン粉)	7/24 Fri	エビチャーハン 生野菜 ミニハンバーグ ベビードッグ	(エビ・白米・玉ねぎ・人参・たけのこ) (キャベツ・人参) (合挽ミンチ・玉ねぎ) (ウインナー・小麦粉)
7/9 Thu	かき揚げうどん わかめご飯 サニーレタス イカフライ	(うどん・玉ねぎ・人参・ごぼう・小麦粉) (白米・わかめ・胡麻) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉)			
7/10 Fri	白身魚の竜田揚げ ミックスサラダ ミニトマト 串カツ がんも マカロニサラダ ご飯	(メルルーサ・小麦粉) (キャベツ・人参・カーネルコーン) (豚肉・小麦粉・玉子・パン粉) (大豆・ひじき・人参) (マカロニ・ロースハム・胡瓜) (白米)			
7/13 Mon	夏野菜の天ぷらの盛り合わせ 生野菜 ミニトマト ほうれん草と人参の和え物 だし巻玉子 ひじき煮 ご飯	(エビ・イカ・茄子・オクラ・竹輪) (キャベツ) (ほうれん草・人参・胡麻) (たまご) (ひじき・人参・油揚げ・いんげん) (白米)			
7/14 Tue	オムライス レタスサラダ ナポリタン 牛肉コロッケ ゼリー	(白米・たまご・鶏肉・玉ねぎ・人参) (レタス・サニーレタス・貝割れ大根) (スパゲッティ・玉ねぎ・ウインナー・人参) (牛肉・玉ねぎ・じゃがいも・小麦粉・玉子・パン粉) (みかんorももorピーチ)			
7/15 Wed	鮭の味噌マヨネーズ焼き 生野菜 小松菜とコーンの和え物 肉団子 ポテトサラダ れんこんのはさみ揚げ ご飯	(さけ・みそ・マヨネーズ) (キャベツ・人参) (小松菜・コーン) (豚ミンチ・小麦粉) (メークイン・ロースハム・胡瓜) (れんこん・合挽ミンチ・小麦粉) (白米)			