



[令和8年]

7月 中学校献立表



今月の給食目標

片付けをきちんとしよう

半田市学校給食センター

日	曜	除去食対応献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	中学校
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群		
				魚・肉・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 果物・きのこ	穀類・いも 砂糖	油脂・種実		
1	水		クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		921	
			焼きそば	ぶたにく いか ちくわ	あおのり	にんじん	キャベツ しょうが	めん	あぶら		
			鶏肉の照焼き	とりにく				さとう でんぷん			
			★アセロラゼリー ポンチ				パインアップル もも アセロラ りんご	さとう みずあめ			
2	木		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		801	
			★さば銀紙焼き	さば みそ				さとう こめこ			
			たくあん和え				たくあん きゅうり キャベツ				
			肉じゃが	ぶたにく さつまあげ		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも さとう			
3	金		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		763	
			★枝豆コロッケ				えだまめ たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ	あぶら		
			野菜のしそひじき和え		しそひじき	こまつな にんじん	キャベツ				
			夏野菜のみそ汁	ぶたにく みそ とうふ あぶらあげ		かぼちゃ オクラ	なす えのきたけ たまねぎ とうがん				
6	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		828	
			★けんちん信田の 肉みそかけ	とうふ あぶらあげ みそ とりレバー ぶたにく たら	ひじき	にんじん	しょうが	さとう でんぷん	あぶら		
			かりもり入り金平	まぐろ		にんじん さやいんげん	かりもり ごぼう	さとう	ごま あぶら		
			沢煮椀	とりにく かまぼこ あぶらあげ		にんじん はねぎ	たけのこ だいこん えのきたけ				
7	火		★乾燥小魚		かたくちいわし			さとう		831	
			中華めん 牛乳		牛乳			めん			
			五目ラーメンスープ	ぶたにく なんと		にんじん はねぎ	たけのこ もやし	さとう でんぷん	あぶら		
			鶏肉の甘辛	とりにく				さとう	あぶら		
8	水		ゴーヤ入り野菜炒め	まぐろ			ゴーヤ キャベツ とうもろこし	さとう		793	
			★七夕ゼリー				レモン ぶどう みかん	さとう			
			スライスパン 牛乳		牛乳			パン			
			★オムレツ	たまご							
9	木		豆サラダ	だいず			キャベツ えだまめ	しろいんげんまめ	ドレッシング	744	
			ポークシチュー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ エリンギ グリーンピース	じゃがいも さとう			
			いちごジャム					いちごジャム			
			ごはん 牛乳		牛乳			こめ			
10	金		★タラとじゃがいも のチリソース	タラ			しょうが	じゃがいも さとう でんぷん	あぶら	759	
			中華サラダ	ハム			キャベツ もやし きゅうり		ドレッシング		
			春雨とわかめのスープ	とりにく とうふ	わかめ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ	はるさめ			
			ごはん 牛乳		牛乳			こめ			
13	月		豚キムチ炒め	ぶたにく		ピーマン	キャベツ キムチ		あぶら	803	
			生揚げの旨煮	とりにく なまあげ さつまあげ		にんじん さやいんげん	たけのこ しょうが こんにゃく	さとう でんぷん			
			冷凍みかん				みかん				
			ロールパン 牛乳		牛乳			パン			
14	火		★米粉のホキフライ	ホキ				こめパンこ でんぷん	あぶら	784	
			かぼちゃサラダ	とりにく		かぼちゃ	きゅうり とうもろこし		ノンエッグ マヨネーズ		
			ノンエッグマヨネーズ								
		卵	卵とトマトのスープ	たまご ベーコン		トマト パセリ	たまねぎ エリンギ	じゃがいも でんぷん			
14	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		784	
			★しゅうまい(3個)	ぶたにく とりにく だいず たら			たまねぎ	こむぎこ でんぷん			
			大根サラダ				だいこん えだまめ とうもろこし		ドレッシング		
			マーボー豆腐	とうふ みそ ぶたにく		にんじん なら	たまねぎ しょうが	さとう でんぷん			

◎食するとき、よくかんで食べましょう。

※給食物資の購入都合により、献立の一部を変更することがあります。

※献立表にある★は、加工食品を表しています。すべての食材を表記しているものではありません。

※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、詳細なアレルギー資料をご確認ください。

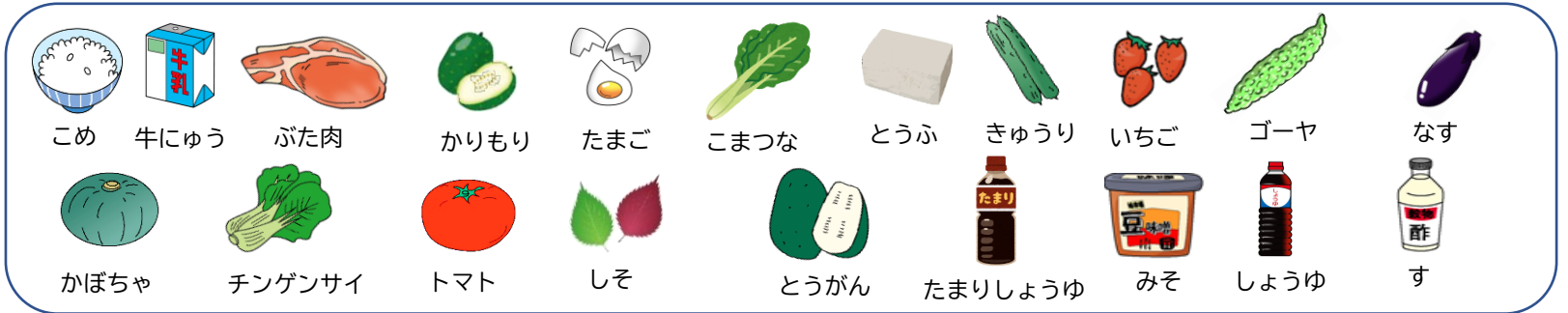
※給食センターのメールアドレス kyushoku@city.handa.lg.jp

『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です』

半田市のホームページで、給食レシピを紹介しています。ぜひ、ご覧いただき、ご家庭でもお試しください。QRコードを読み込むと、すぐにご覧いただけます。



日	曜	除食 食対応 献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群	中学校	
				魚・肉・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 果物・きのこ	穀類・いも 砂糖	油脂・種実		
15	水		ごはん 牛乳 ツナそばごはんの具 きゅうりの赤しそ和え	まぐろ	牛乳	さやいんげん あかしそ	しょうが キャベツ きゅうり うめ	こめ さとう	ごま	717	
		えび	★えび団子汁	えび とうふ たら		にんじん はねぎ	たまねぎ はくさい えのきたけ	でんぱん			
			麦ごはん 牛乳 夏野菜カレー ★チキンカツ コールスローサラダ セレクトデザート A:豆乳プリン B:レモンゼリー	ぶたにく とりにく	牛乳	ピーマン かぼちゃ	たまねぎ なす	こめ おおむぎ じゃがいも さとう パンこ こむぎこ でんぱん	あぶら ドレッシング		
16	木		クロウツサン 牛乳 ★ハンバーグのトマト ソース ブロッコリーサラダ 豆乳野菜スープ	ぶたにく とりにく だいず まぐろ ベーコン とうにゅう	牛乳	トマト ブロッコリー にんじん パセリ アスパラガス	たまねぎ とうもろこし とうもろこし たまねぎ キャベツ	さとう さとう さとう	でんぱん	902	
17	金									748	
◆ 今月の愛知県産の食べ物 ◆								給食回数 13回	基準値 (1食あたり)	中学校	830



暑さに負けない体づくりを！

すでに気温の高い日が続いていますが、夏本番はこれからです。こまめな水分補給で熱中症を予防するとともに、食事をしっかりとって体力をつけ、暑さに負けない体づくりをしましょう。

★夏の行事食いろいろ

7/2 ごろ (夏至から11日目～七夕までの5日間)	7/7	7/13～16 (または8/13～16)	7月下旬ごろ (2026年は7/26)
半夏生 タコ 焼きサバ (関西地方) (福井県)	七夕 そうめん	お盆 精進料理	土用の丑の日 ウナギ 「う」のつく食べ物

「作り置き料理」の食中毒にご注意ください

ごはん料理やめん料理を原因とする「セレウス菌」食中毒が、夏に多く発生しています。セレウス菌は土壌や河川、空気中など自然環境に広く存在しており、穀類や野菜など農産物にも付着しています。加熱しても「芽胞」という熱に強い形になるため、完全に死滅させることはできません。さらに、30℃前後の室温で長時間放置すると菌が増え、下痢や腹痛または嘔吐を引き起こします。

「セレウス菌」食中毒を防ぐポイント

野菜はよく洗う、 食材の中心部まで しっかり加熱 するなど、 衛生的に調理する。	調理後は 室温に放置せず、 なるべく早めに 食べきる。
料理は小分けにして冷まし、 冷蔵庫で保管する。	料理を 持ち歩く場合は、 保冷剤や 保冷バッグを使い、 涼しい所で保管する。