

2026年7月、8月（前半）

給食献立

無添加弁当「華さち」

	主菜		温かい副菜		冷たい副菜	
7月21日(火)	サバの味噌漬け焼き	さば【さば】，味噌【大豆】，国産本みりん，純米料理酒，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】，米ぬか油，ミニトマト	糸昆布の煮物	だし昆布，人参，油揚げ【大豆】，純米料理酒，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，だし汁，ごま油【ごま】	切干大根と小松菜のサラダ	切り干し大根，水煮シーチキン，小松菜，コーン缶，米酢，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】，米ぬか油
7月22日(水)	国産豚の手毬シュウマイ	国産豚ひき肉【豚肉】，国産豆腐【大豆】，玉ねぎ，塩，片栗粉，純米料理酒，しょうが，ごま油【ごま】，無添加国産醤油【大豆・小麦】，しゅうまいの皮【小麦】	さつまいもオープン焼き	さつまいも，片栗粉，米ぬか油，塩	青菜の梅和え	小松菜，人参，梅干し，かつおぶし，だし汁，無添加国産醤油【大豆・小麦】
7月23日(木)	アジのかばやき	あじ，片栗粉，米ぬか油，無添加国産醤油【大豆・小麦】，きび砂糖，国産本みりん，ミニトマト	なすの揚げたし	なす，だし汁，塩，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，米ぬか油，ねぎ	人参サラダ	人参，水煮シーチキン，塩，レモン果汁，米酢，ごま油【ごま】，白すりごま【ごま】，コーン缶
7月24日(金)	国産鶏もも肉の甘辛チキン	国産鶏もも肉【鶏肉】，塩，こしょう，片栗粉，しょうが，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】，水，米ぬか油	温野菜塩麹バーニャ	ブロッコリー，じゃがいも，かぼちゃ，塩こうじ，オリーブオイル，にんにく	コールスローサラダ	キャベツ，人参，塩，コーン缶，オリーブオイル，水煮シーチキン
7月27日(月)	国産豚の生姜焼き	国産豚肉【豚肉】，純米料理酒，国産本みりん，無添加国産醤油【大豆・小麦】，きび砂糖，しょうが，米ぬか油，玉ねぎ	五目ひじき	芽ひじき(乾)，水煮大豆【大豆】，人参，こんにゃく，油揚げ【大豆】，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，純米料理酒，だし汁，米ぬか油	しめじと青菜のツナ味噌和え	小松菜，しめじ，緑豆もやし，無添加国産醤油【大豆・小麦】，味噌【大豆】，きび砂糖，水煮シーチキン
7月28日(火)	ブリのステーキ	ぶり，しょうが，純米料理酒，無添加国産醤油【大豆・小麦】，米粉，米ぬか油，ミニトマト	彩りピーマンのきんぴら	青ピーマン，黄ピーマン，人参，白ごま【ごま】，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，純米料理酒，きび砂糖，米ぬか油	キャベツの土佐和え	キャベツ，緑豆もやし，さやいんげん，かつおぶし，塩，無添加国産醤油【大豆・小麦】，こしょう，ごま油【ごま】
7月29日(水)	国産豚のしそ香るから揚げ	国産豚肉【豚肉】，玉ねぎ，しそ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，純米料理酒，しょうが，片栗粉，米ぬか油	ラタトゥイユ	トマト缶(ホール)，なす，玉ねぎ，人参，にんにく，オリーブオイル，ケチャップ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，塩	フライビーンズ	水煮大豆【大豆】，片栗粉，米ぬか油，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】
7月30日(木)	タラの和風ムニエル	たら，塩，こしょう，片栗粉，米ぬか油，無添加国産醤油【大豆・小麦】，純米料理酒，レモン果汁	かぼちゃとさつまいもの天ぷら	かぼちゃ，さつまいも，米粉，片栗粉，塩	豆苗とコーンのサラダ	豆苗，コーン缶，人参，緑豆もやし，無添加国産醤油【大豆・小麦】，米酢，ごま油【ごま】，きび砂糖
7月31日(金)	国産豚のハンバーグ	国産豚ひき肉【豚肉】，塩，玉ねぎ，サラダ油，パン粉【小麦】，にんにく，水，きび砂糖，ケチャップ，ウスターソース，無添加国産醤油【大豆・小麦】，パセリ	キャベツの味噌だれ焼き	キャベツ，緑豆もやし，塩，にんにく，味噌【大豆】，国産本みりん，無添加国産醤油【大豆・小麦】，ごま油【ごま】	春雨サラダ	緑豆はるさめ，人参，きゅうり，ごま【ごま】，きび砂糖，米酢，無添加国産醤油【大豆・小麦】，ごま油【ごま】
8月3日(月)	国産鶏もも肉の甘辛チキン	国産鶏もも肉【鶏肉】，塩，こしょう，片栗粉，しょうが，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】，水，米ぬか油	五目きんぴら	ごぼう，人参，青ピーマン，こんにゃく，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，純米料理酒，きび砂糖，米ぬか油	キャベツの磯和え	キャベツ，緑豆もやし，無添加国産醤油【大豆・小麦】，ごま油【ごま】，焼きのり
8月4日(火)	タラの梅照焼き	たら，純米料理酒，無添加国産醤油【大豆・小麦】，きび砂糖，国産本みりん，だし汁，梅干し，米粉，米ぬか油	こんにゃくと厚揚げの照り煮	厚揚げ【大豆】，大根，人参，国産板こんにゃく，無添加国産醤油【大豆・小麦】，純米料理酒，国産本みりん，だし汁，米ぬか油	青菜ともやしのごま和え	小松菜，緑豆もやし，白すりごま【ごま】，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】
8月5日(水)	国産鶏むね肉の韓国風チキン	国産鶏むね肉【鶏肉】，塩，純米料理酒，片栗粉，米ぬか油，ケチャップ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，きび砂糖，にんにく，ごま【ごま】	温野菜塩麹バーニャ	ブロッコリー，じゃがいも，かぼちゃ，塩こうじ，オリーブオイル，にんにく	コールスローサラダ	キャベツ，人参，塩，コーン缶，オリーブオイル，水煮シーチキン
8月6日(木)	アジのカレー粉揚げ	あじ，純米料理酒，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】，カレーパウダー，片栗粉，米ぬか油	じゃがいものおかか炒め	じゃがいも，こんにゃく，米ぬか油，ねぎ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，純米料理酒，かつお節	青菜のなめこ和え	ほうれんそう，人参，なめこ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，だし汁，焼きのり
8月7日(金)	国産鶏もも肉のタンドリーチキン	国産鶏もも肉【鶏肉】，にんにく，玉ねぎ，豆乳グルト，カレーパウダー，ケチャップ，塩	なすの味噌炒め	なす，青ピーマン，味噌【大豆】，きび砂糖，国産本みりん，純米料理酒，無添加国産醤油【大豆・小麦】，米ぬか油，白ごま【ごま】	切干大根の甘酢和え	切り干し大根，人参，さやいんげん，米酢，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】