

8・9月分 学校給食献立表

小松島産の食材

日 曜		献 立 名	食 品 名			熱量 kcal
			血やきん肉やほねをつくる(赤)	ねつや力のもとになる(黄)	体のちようしをととのえる(緑)	
31	木	(ごはん) ポークカレー フルーツゼリー	ぶたにく えだまめ スキムミルク ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら カレーウ ゼリー こめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく みかん パイン おうとう	679
1	金	こめこ コッペパン チキンなんぼん ボイルキャベツ タルタルソース やさしいスープ	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	でんぶん あぶら さとう タルタルソース こめこパン	キャベツ たまねぎ にんじん えのきだけ こまつな きくらげ コーン	608
4	月	ごはん こうやどうふのふくめに ひじきのすだちずあえ	こうやどうふ とりにく ひじき ちくわ ちりめん ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう こま こめ	たまねぎ にんじん ほししいだけ さやいんげん きゅうり すだちず	589
5	火	ごはん ぶたキムチいため あげぎょうざ	ぶたにく ぎょうざ ぎゅうにゅう	さとう あぶら こまあぶら こめ	キムチ たまねぎ にんじん ピーマン はくさい きくらげ にら にんにく	641
6	水	こがた こめこ コッペパン やきそば ころころまめサラダ あおじそドレッシング	ぶたにく いか カツてん かつおぶし だいす えだまめ まぐろみずに ぎゅうにゅう	やきそばめん あぶら ドレッシング こめこパン	にんじん キャベツ たまねぎ ねぎ きゅうり	607
7	木	ごはん さんまのおかか キャベツのゆかりあえ けんちんじる	さんまのおかか とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう	さといも こめ	キャベツ ゆかり ごぼう だいこん にんじん ほししいだけ ねぎ	560
8	金	こめこ コッペパン うきぎだんハンバーグのきのこソース ABCマカロニスープ	ハンバーグ ぶたにく ぎゅうにゅう	さとう マカロニ こめこパン	たまねぎ しめじ えのきだけ トマトピューレ にんじん コーン ほうれんそう	560
11	月	ごはん ぶたにくとだいこんのにも のじゃこあえ	ぶたにく さつまあげ えだまめ ちりめん ぎゅうにゅう	さとう あぶら こめ	だいこん にんじん こんにゃく しょうが こまつな キャベツ	573
12	火	ごはん しろみさかなのあますあんかけ みそしる	メルルーサ あぶらあげ わかめ みそ ぎゅうにゅう	でんぶん こめこ あぶら さとう こめ	たまねぎ にんじん ピーマン かぼちゃ えのきだけ	605
13	水	こめこ コッペパン やさしいスープに ごぼうサラダ ごまドレッシング ピピピチーズ	とりにく ベーコン えだまめ チーズ ぎゅうにゅう	じゃがいも ドレッシング こめこパン	にんじん たまねぎ キャベツ フロッコリー ごぼう きゅうり	567
14	木	ごはん マーボーどうふ パンパンジー パンパンジードレッシング	とうふ ぶたにく レンズまめ みそ ささみ ぎゅうにゅう	さとう あぶら でんぶん ドレッシング こめ	たまねぎ にんじん だけのこ ほししいだけ ねぎ しょうが にんにく きゅうり コーン	597
15	金	こめこ まるがた きりこみパン セルフクロックサンド (クロック・キャベツ・ソース) こまつなのこめこシチュー	クロック とりにく スキムミルク ぎゅうにゅう	あぶら こめこ パター こめこパン	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな コーン しめじ	610
19	火	ごはん あつやきたまご きゅうりのかおりづけ さつまじる わいとうパイン	あつやきたまご とりにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	さとう こまあぶら さつまいも こめ	きゅうり にんじん こんにゃく たまねぎ ねぎ パイン	569
20	水	こめこ コッペパン ぶたにくとほるさめのいためもの にくだんごのてりに	ぶたにく にくだんごのてりに ぎゅうにゅう	ほるさめ あぶら こめこパン	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ だけのこ にら きくらげ	560
21	木	ごはん タラとえだまめのごまがらめ さわにわん	タラ えだまめ ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	でんぶん あぶら さとう こま こめ	しょうが ごぼう こんにゃく だいこん にんじん ほししいだけ こまつな	592
22	金	こめこ コッペパン とりにくとやさしいのトマトに かいそうサラダ やさいドレッシング チョコだいすペースト	とりにく えだまめ ひじき ハム ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう あぶら ドレッシング チョコだいすペースト こめこパン	たまねぎ にんじん しめじ トマトピューレ きゅうり コーン	588
25	月	振替休業日				
26	火	ごはん にくじゃが キャベツとあぶらあげのあますあえ	ぎゅうにく えだまめ あぶらあげ ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう あぶら こま こめ	たまねぎ にんじん こんにゃく キャベツ きゅうり	634
27	水	こめこ コッペパン いかのさらさあげ ミントマト ちゅうかふうコーンスープ ミルクココア	いか たまご ぎゅうにゅう	でんぶん あぶら ミルクココア こめこパン	ミントマト コーン えのきだけ きくらげ たまねぎ にんじん こまつな	561
28	木	ごはん やきにく てづくりふりかけ	ぎゅうにく みそ ちりめん かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	あぶら さとう こま こまあぶら こめ	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン ヤングコーン にんにく りんご	643
29	金	こがたこめこ こくとう コッペパン ごもくうどん きりほしだいこんのツナあえ おつきみゼリー	とりにく あぶらあげ かまぼこ わかめ まぐろみずに ぎゅうにゅう	うどん さとう こま おつきみゼリー こめこくとうパン	にんじん たまねぎ はくさい こまつな きりほしだいこん きゅうり	561

※牛乳は毎回つきます。

※材料等の都合により、献立を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

※今月は、19日が「食育の日」の献立になっています。