

小松島市小学校 学校給食予定献立表
令和6年 5月分

小松島産の食材

日	曜日	主食	牛乳	献立名	血や肉、骨や歯になるもの (赤)	からだの調子を整える (緑)	体を動かす熱や力になるもの (黄)	エネルギー kcal	
1	水	こめここくとう コッペパン		ようふうに ごぼうサラダ プリン	ぎゅうにゅう とり ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ ごぼう コーン	こめここくとうコッペパン じゃがいも なまクリーム さとうドレッシングプリン	672	
2	木	たけのごはん		かぶとがたハンバーグ ゆかりあえ かきたまじる	ぎゅうにゅう ハンバーグ たまご ちくわ あぶらあげ	きゅうり あかじそ にんじん たまねぎ こまつな えのきたけ たけのこ	こめ あぶら かたくりこ	601	
7	火	ごはん		しんたまねぎのすきやき キャベツとあぶらあげのあまずあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく やきどうふ やきふ あぶらあげ	たまねぎ ほうさい にんじん こんにやく きょうねぎ キャベツ きゅうり	こめ あぶら さとうしろごま	601	
8	水	こめこコッペパン		いかのかりんあげ ぶたにくとはるさめのいためもの	ぎゅうにゅう いか ぶたにく	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ しめじ えだまめ きくらげ	こめこパン かたくりこ あぶら はるさめ	629	
9	木	ごはん		さんまのかぼすレモンに きざみたくあん ふしめんじる	ぎゅうにゅう さんまかぼすレモンに あぶらあげ	たくあん にんじん たまねぎ こまつな えのきたけ ほししいたけ	こめ ふしめん	573	
10	金	きなこあげパン		オムレツ やさいのスープに	きなこ ぎゅうにゅう オムレツ とり	だいこん にんじん たまねぎ えのきたけ ブロッコリー キャベツ コーン	こめこパン あぶら さとう	626	
13	月	ごはん		じゃがいものうまに きゅうりとちりめんのすのものの	ぎゅうにゅう ぶたにく ちりめん わかめ	にんじん こんにやく たまねぎ さやいんげん しょうが きゅうり	こめ じゃがいも さとう あぶら しろごま	562	
14	火	(ごはん)		ガバオふौरライス みだくさんスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご みそ ベーコン	たまねぎ ピーマン にんじん しょうが にんにく ほうさい しめじ コーン	こめ ごまあぶら さとう かたくりこ あぶら	652	
15	水	こめこコッペパン		はっぼうさい しゅうまい りんごジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく いか しゅうまい	たけのこ ほうさい にんじん たまねぎ きくらげ しょうが	こめこパン かたくりこ あぶら りんごジャム	585	
16	木	ごはん		さわらのあまずあんかけ かぼちゃのみそしる	ぎゅうにゅう さわら あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん ピーマン かぼちゃ こまつな しめじ	こめ かたくりここめこ あぶら さとう	646	
17	金	こがたこめこコッ ペパン		やきそば ころころまめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか さつまあげ かつおぶし だいず まぐろみずに	にんじん キャベツ たまねぎ ねぎ えだまめ きゅうり	こめこパン やきそばめん あぶら ドレッシング	596	
20	月	(ごはん)		はるやさいカレー フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう とり スキムミルク ヨーグルト	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが にんにく みかん パイナップル もも	こめ じゃがいも あぶら カレールー	637	
21	火	ごはん		だしまきたまご とさあえ ひじきのいために	ぎゅうにゅう だしまきたまご かつおぶし ひじき ぶたにく ちくわ あぶらあげ	キャベツ にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ	こめ あぶら さとう	560	
22	水	こめこコッペパン		チキンチキンごぼう ワンタンスープ	ぎゅうにゅう とり ぶたにく	ごぼう たまねぎ にんじん コーン キャベツ きくらげ	こめこパン かたくりこ あぶら さとう しろごま ワンタン	618	
23	木	ごはん		さばのしょうが煮 ぐたくさんみそしる	ぎゅうにゅう さば どうふ あぶらあげ みそ	しょうが たまねぎ にんじん だいこん ほししいたけ えのきたけ ねぎ	こめ さとう	601	
24	金	こめこコッペパン		ポークビーンズ さんしょくサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ハム	にんじん たまねぎ えだまめ にんにく キャベツ きゅうり コーン	こめこパン じゃがいも バター さとう あぶら ドレッシング	587	
27	月	ごはん		やきにく てづくりふりかけ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく みそ ちりめん かつおぶし しおこんぶ	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン にんにく りんご	こめ あぶら さとう しろごま ごまあぶら しろごま	600	
28	火	ごはん		いわしのうめに きゅうりのかおりづけ さわにわん	ぎゅうにゅう いわしのうめに ぶたにく あぶらあげ	きゅうり ごぼう こんにやく だいこん にんじん ほししいたけ こまつな	こめ さとう ごまあぶら	559	
29	水	こがたこめこコッ ペパン		スパゲティミートソース コーンサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく レンズまめ	たまねぎ にんじん しめじ えだまめ にんにく トマトピューレー キャベツ きゅうり コーン	こめこパン スパゲティ あぶら ドレッシング	648	
30	木	ごはん		こうやどうふのふくめに きりほしだいのツナあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とり ちくわ まぐろみずに	たまねぎ にんじん ほししいたけ さやいんげん きりほしだいこん きゅうり	こめ じゃがいも さとう しろごま	587	
31	金	遠足							

※材料等はの都合により、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。
※今日は、17日が「食育の日」の献立になっています。