

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 とりにく 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	たけのこごはん		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 ごまつな 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すあえ	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 はくさいにんじん こんにゃく きょうねぎ キャベツ きゅうり	こめ あぶら さとう しるごま	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 ごまつな 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 とりにく	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	ぎゅうにゅう ぶたにく ちりめん わかめ	にんじん こんにゃく 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 しるごま	562
14	火 (ごはん)	ガバオふうライス 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 はくさい 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		はっほうさい 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 はくさいにんじん 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		さわらのあますあなかけ かぼちゃのみそじる	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 ごまつな 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		やしそば 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 やしそばめん 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 とりにく 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 パインアップル もも	こめ じゃがいも あぶら カレールウ	637
21	火	修学旅行 (6年生) バス遠足 (1~5年生)						
22	水	4月27日の代休						
23	木	ごはん		さばのしょうが煮 ぐだくさんみそじる	ぎゅうにゅう さば とうふ 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 コーン	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 くるごま ごまあぶら しるごま	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 こんにゃく だいこん にんじん ほししいたけ ごまつな	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 きりほしだいこんのツナあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく 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 しるごま	587
31	金	こめこまるがたき りこみパン		セルフコロッケサンド (コロッケ・ポイルキャベツ・クチャップソース) おしむぎいりスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん ごまつな えのきたけ コーン	こめこパン コロッケ あぶら おおむぎ	612

※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。
※今月は、17日が「食育の日」の献立になっています。