

小松島市小学校 学校給食予定献立表
令和6年 9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	からだの調子を整える	体を動かす 熱や力になるもの	1人分 kcal	
2	月	ごはん		とりにくとレンズまめのカレー フルーツゼリー	ぎゅうにゅう とりにく レンズまめ スキムミルク	たまねぎ にんじん グリンピース しょうが にんにく トマトピューレー みかん パイナップル もも	こめ じゃがいも あぶら カレールウ ゼリー	676	
3	火	ごはん		タラとえだまめのごまがらめ とうふのすましじる	ぎゅうにゅう たら とうふ あぶらあげ	しょうが えだまめ たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ ごまつな	こめ かたくりこ あぶら さとう しろごま	593	
4	水	こめこッパン		ぶたにくとはるさめのいためもの にくだんごのてりに	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ にら きくらげ	こめこッパン はるさめ あぶら	623	
5	木	ごはん		こうやどうふのふくめに キャベツとあぶらあげのあますあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん ほししいたけ えだまめ キャベツ きゅうり	こめ じゃがいも さとう しろごま	601	
6	金	こがた こめこッパン		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	こめこッパン スパゲティ あぶら ドレッシング	648	
9	月	ごはん		さんまのかんろに とさのゆずがあえ さつまじる	ぎゅうにゅう さんまのかんろに ちくわかつおぶし とりにく あぶらあげ みそ	キャベツ ごまつな にんじん ゆずかじゅう こんにゃく たまねぎ ねぎ	こめ あぶら さとう さつまいも	612	
10	火	ごはん		にらそぼろどん ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく たまご ベーコン	たまねぎ えだまめ にら しょうが はくさい にんじん コーン ごまつな きくらげ	こめ さとう あぶら	622	
11	水	こめこッパン		とりにくとやさいのトマトに さんしょくサラダ チョコだいちペースト	ぎゅうにゅう とりにく ハム	にんじん たまねぎ しめじ えだまめ トマトピューレー キャベツ きゅうりコーン	こめこッパン じゃがいも さとう あぶら ドレッシング チョコだいちペースト	595	
12	木	ごはん		やきにく てづくりふりかけ	ぎゅうにゅう 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 しろごま	609	
13	金	こめこッパン		チキンチキンごぼう はるさめスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	ごぼう たまねぎ にんじん きくらげ ごまつな コーン	こめこッパン かたくりこ あぶら さとう しろごま はるさめ	589	
17	火	ごはん		かぼちゃのそぼろに じゃこあえ おつきみゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく ちりめん	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん キャベツ ごまつな	こめ あぶら さとう おつきみゼリー	614	
18	水	こめこッパン		うさぎがたハンバーグのきのこソース おしむぎいりスープ いちごジャム	ぎゅうにゅう ハンバーグ とりにく	たまねぎ しめじ えのきたけ にんじん ごまつな キャベツ コーン	こめこッパン さとう おおむぎ あぶら いちごジャム	620	
19	木	ごはん		ちゅうかどん しゅうまい	ぎゅうにゅう ぶたにく いか えび しゅうまい	はくさい にんじん たまねぎ きくらげ えだまめ しょうが	こめ あぶら かたくりこ	591	
20	金	こめこッパン		アジフライ ポイルキャベツ タルタルソース やさいスープ	ぎゅうにゅう あじフライ とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ コーン ごまつな	こめこッパン あぶら タルタルソース じゃがいも	612	
24	火	ごはん		ちくわのにしょくあげ ゆかりあえ ぐだくさんみそしる	ぎゅうにゅう ちくわたまご あおのりこ とうふ あぶらあげ みそ	きゅうり あかじそ たまねぎ にんじん ほししいたけ ごまつな	こめ こむぎこ こめこ あぶら	604	
25	水	こめこココア コッパン		オムレツ ようふうに	ぎゅうにゅう オムレツ とりにく ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ	こめこココア じゃがいも なまクリーム	584	
26	木	ごはん		いわしのうめに おひたし 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	はくさい にんじん ごぼう こんにゃく だいこん ほししいたけ ごまつな	こめ さとう しろごま	591	
27	金	こがた こめこッパン		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 かつおぶし だいち 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	こめこッパン やきそばめん あぶら ドレッシング	590	
30	月	振替休業日							

※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。