

小松島市小学校 学校給食予定献立表  
令和6年 12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		すきやき だいずとちりめんのあげに	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく やきどうふ やきふ だいず(ちりめん)	いとごんにやく にんじん はくさい だいごん たまねぎ きょうねぎ	ごめあぶら さとう かたくりこ しるごま	662
3	火	ごはん		いわしのおかかに ゆかりあえ とんじる	ぎゅうにゅう いわしおかかに ぶたにく あぶらあげ みそ	きゅうり あかじそ たまねぎ ごんにやく ごぼう にんじん ねぎ	ごめ さつまいも	619
4	水	ごめこコッペパン		はくさいとにくだんごのスープ あげはるまき	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく たまご はるまき	ねぎ しょうが にんじん はくさい こまつな	ごめこパン かたくりこ はるさめ あぶら	633
5	木	ごはん		とりにくとごんにやくのみそに いかのゆずすあえ たまごふりかけ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ みそ いか たまごふりかけ	ごんにやく にんじん ごぼう えだまめ しょうが キャベツ きゅうり ゆずかじゅう	ごめ じゃがいも あぶら さとう しるごま	591
6	金	こがたごめこ コッペパン		クリームスパゲティ さんしょくサラダ	ぎゅうにゅう とりにく まぐろみずに	たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう えだまめ キャベツ コーン	ごめこパン スパゲティ なまクリーム あぶら ドレッシング	622
9	月	ごはん		さわらのあげてりに ごまあえ すましじる	ぎゅうにゅう さわら とうふ さつまあげ	キャベツ にんじん だいごん こまつな(ほししいたけ)	ごめ かたくりこ あぶら さとう しるごま	629
10	火	(ごはん)		ふゆやさいかレー ヨーグルトあえ	ぎゅうにゅう とりにく スキムミルク ヨーグルト	だいごん ほうれんそう にんじん たまねぎ にんにく みかん バイナツプル もも	ごめ じゃがいも あぶら カレールウ	630
11	水	きなごあげパン		ポテトオムレツ やさいスープ	きなご ぎゅうにゅう ポテトオムレツ とりにく	だいごん こまつな にんじん キャベツ コーン えだまめ	ごめこパン あぶら さとう	629
12	木	ごはん		あつあげとキャベツのみそいため はるさめのすのもの	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ ハム	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう しょうが(きゅうり)	ごめ あぶら さとう はるさめ しるごま	596
13	金	ごめこコッペパン		ポークビーンズ コーンサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	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	ごめこパン じゃがいも バター さとう あぶら ドレッシング	613
16	月	ごはん		かぼちゃのそぼろに ひじきのすだちずあえ	ぎゅうにゅう とりにく ひじき ちくわ(ちりめん)	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん ごんにやく えだまめ きゅうり すだちかじゅう	ごめ あぶら さとう しるごま	624
17	火	ごはん		さばのカレーあげ とさあえ じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう さば かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ	ごめ かたくりこ あぶら じゃがいも	648
18	水	こがたごめこ ココアコッペパン		ごもくうどん ツナサラダ	ぎゅうにゅう とりにく わかめ あぶらあげ まぐろみずに	にんじん はくさい こまつな ねぎ きりぼしだいごん きゅうり コーン	ごめこココアパン うどん ドレッシング	603
19	木	ごはん		ホイコーロー かんごくふうナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン きくらげ しょうが にんにく(きゅうり) コーン	ごめ さとう かたくりこ あぶら ドレッシング	600
20	金	ごめこコッペパン		もみのきハンバーグのきのこソース パンブキンポターージュ	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 トマトピューレー かぼちゃ にんじん	ごめこパン さとう ごめこ バター あぶら	628
23	月	わかめごはん		チキンカツ キャベツのレモンあえ ポテトスープ クリスマスケーキ	わかめ ぎゅうにゅう チキンカツ ベーコン	キャベツ レモン たまねぎ にんじん こまつな コーン	ごめ あぶら じゃがいも クリスマスケーキ	683

※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。

