

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人当り 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 ぶたにく ぎゅうにく やきどうふ やきふ だいず(ちりめん)	いとこんにやく にんじん はくさい だいこん たまねぎ きょうねぎ	こめ あぶら さとう かたくりこ しろごま	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	きゅうりり あかじそ たまねぎ こんにやく ごぼう にんじん ねぎ	こめ さつまいも	619
4	水	こめこコッパン		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	こめコッパンかたくりこ はるさめ あぶら	633
5	木	ごはん		とりにくとこんにやくのみそに 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	こんにやく にんじん ごぼう えだまめ しょうが キャベツ きゅうりり ゆずかじゅう	こめ じゃがいも あぶら さとう しろごま	591
6	金	こがたこめこ コッパン		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	こめコッパンスパゲティ 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 だいこん こまつな(ほししいたけ)	こめかたくりこ あぶら さとう しろごま	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	だいこん ほうれんそう にんじん たまねぎ 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 カレールウ	630
11	水	きなこあげパン		ポテトオムレツ やさいスープ	きなこ ぎゅうにゅう ポテトオムレツ とりにく	だいこん(こまつな)にんじん キャベツ コーン えだまめ	こめコッパンあぶら 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(きゅうりり)	こめ あぶら さとう はるさめ しろごま	596
13	金	こめこコッパン		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(きゅうりり) コーン	こめコッパンじゃがいも 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 こんにやく えだまめ きゅうりり すだちかじゅう	こめ あぶら さとう しろごま	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	こめかたくりこ あぶら じゃがいも	648
18	水	こがたこめこ ココアコッパン		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 きりほしだいこん きゅうりり コーン	こめココアコッパン うどん ドレッシング	603
19	木	ごはん		ホイコーロー かんこくふうナムル	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(きゅうりり)コーン	こめ さとう かたくりこ あぶら ドレッシング	600
20	金	こめこコッパン		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	こめコッパンさとう(こめこ) バター あぶら	628
23	月	わかめごはん		チキンカツ ポテトスープ キャベツのレモンあえ 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	こめ 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。

