

小松島市小学校 学校給食予定献立表
令和7年 1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1日 kcal
8	水	こめこまるがたきりこみ コッペパン		セルフハンバーガー (ハンバーグ・ポイルキャベツ・チーズ) みだくさんスープ	ぎゅうにゅう ハンバーグ チーズ ベーコン	キャベツ(はくさい)とんじん たまねぎ しめじ コーン	こめこパン さとう あぶら	618
9	木	むぎごはん		ちくわのにしよくあげ さつまじる みかんゼリー	ぎゅうにゅう ちくわ あおりのこ とりにく あぶらあげ みそ	にんじん(だいこん) こんにやく キャベツ(ねぎ)	こめ おおむぎ こむぎこ こめこあぶら さつまいも みかんゼリー	652
10	金	こめこコッペパン		とうふのちゅうかふうに ナムル くるまめきなごクリーム	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく とりにく	にんじん たまねぎ(はくさい) きくらげ えだまめ にんにく しょうが もやし ほうれんそう	こめこパン あぶら かたくりこ さとう ごまあぶら くるまめきなごクリーム	614
14	火	(げんまいごはん)		やきとりどん やさいたつがりすましじる むらさきもちっプス	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ちくわ	たまねぎ きょうねぎ えのきたけ はくさい だいこん にんじん こまつな	(げんまい)こめ あぶら さとう かたくりこ むらさきもちっプス	585
15	水	こがたこめこ コッペパン		みそにこみうどん えだまめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ ハム	にんじん ごぼう(はくさい) しめじ(こまつな) きょうねぎ キャベツ コーン えだまめ	こめこパン うどん ドレッシング	603
16	木	ごはん		いわしのしょうがに ゆかりあえ ひじきのいために	ぎゅうにゅう いわしのしょうがに ひじき とりにく ちくわ あぶらあげ	キャベツ あかじそ にんじん たまねぎ こんにやく グリーンピース	こめあぶら さとう	613
17	金	こめこコッペパン		とりにくとえだまめのキャベツあげ ジャーマンポテト コンソメスープ	ぎゅうにゅう とりにくとえだまめのキャベツあげ ベーコン ぶたにく わかめ	たまねぎ(はくさい) にんじん コーン	こめこパン あぶら じゃがいも バター	598
20	月	(ごはん)		ポークカレー ツナとコーンのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク まぐろみずに	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが にんにく キャベツ コーン	こめじゃがいも あぶら カレールウ ドレッシング	656
21	火	ごはん		こうやどうふのたまごとじ とさのゆずかあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく たまご ちくわ かつおぶし	たまねぎ にんじん えだまめ ほししいたけ キャベツ こまつな ゆずかじゅう	こめ さとう あぶら	600
22	水	こめこコッペパン		はっぼうさい しゅうまい ブチシュークリーム	ぎゅうにゅう ぶたにく いか しゅうまい	はくさい にんじん たまねぎ きくらげ チンゲンサイ しょうが	こめこパン かたくりこ あぶら シュークリーム	631
23	木	ごはん		じゃがいものそぼろに きりぼしだいごんのさんばいず	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ	にんじん たまねぎ えだまめ こんにやく きりぼしだいごん きゅうり ゆずかじゅう	こめじゃがいも こんにやく さとう あぶら しろごま	610
24	金	こめこコッペパン		とくしまさんぼうぜのフライ キャベツとちくわのカレーマヨあえ はるさめスープ りんごジャム	ぎゅうにゅう ぼうぜフライ ちくわ ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん きくらげ(こまつな) コーン	こめこパン あぶら マヨネーズ はるさめ りんごジャム	603
27	月			振替休日				
28	火	ごはん		とりにくのねぎソース ふしめんじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ	ねぎ にんじん たまねぎ こまつな はくさい ほししいたけ	こめ かたくりこ あぶら さとう しろごま ごまあぶら ふしめん	621
29	水	こめこことう コッペパン		にくだんごのてりに こまつなのこめこシチュー	ぎゅうにゅう にくだんご ベーコン スキムミルク	たまねぎ にんじん(こまつな) コーン(しんじけ)えだまめ	こめこことうパン マカロニ こめこバター	649
30	木	ごはん		さばのみぞれに ならあえ すいとん	ぎゅうにゅう さばみぞれに あぶらあげ きざみこんぶ とりにく わかめ みそ	だいごんにんじん れんごん ごぼう たまねぎ(ほししいたけ)	こめ さとう あぶら すいとん	656
31	金	こめこコッペパン		ポークビーンズ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたず	にんじん たまねぎ えだまめ にんにく ごぼう 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	627

※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、17日が「食育の日」の献立になっています。