

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 ぶたにく ぎゅうにく やきどうふ やきふ だいず <b>ちりめん</b>	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	<b>こめ</b> 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 ゆかりあえ とんじる	ぎゅうにゅう いわしおかか ぶたにく あぶらあげ みそ	<b>きゅうり</b> あかじそ たまねぎ ごんにやく ごぼう にんじん <b>ねぎ</b>	<b>こめ</b> ぎつまいも	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	<b>ねぎ</b> しょうが にんじん <b>はくさい</b> <b>こまつな</b>	<b>こめこパン</b> かたくりこ はるさめ あぶら	633
5	木	ごはん		とりにく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 <b>きゅうり</b> ゆずかじゅう	<b>こめ</b> 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 <b>ほうれんそう</b> えだまめ キャベツ コーン	<b>こめこパン</b> スパゲッティ 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 <b>ほししいたけ</b>	<b>こめ</b> 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	<b>だいごん</b> <b>ほうれんそう</b> にんじん たまねぎ にんにく みかん パイナップル もも	<b>こめ</b> 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	<b>だいごん</b> <b>こまつな</b> にんじん キャベツ コーン えだまめ	<b>こめこパン</b> 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 <b>ほうれんそう</b> しょうが <b>きゅうり</b>	<b>こめ</b> 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 <b>きゅうり</b> コーン	<b>こめこパン</b> 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 <b>ちりめん</b>	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	<b>こめ</b> 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	<b>こめ</b> 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 きりほしだいごん きゅうり コーン	<b>こめこココアパン</b> 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 <b>きゅうり</b> コーン	<b>こめ</b> 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 パンプキンポターージュ	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	<b>こめこパン</b> さとう <b>こめ</b> 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	<b>こめ</b> 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。

