


















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人あたり kcal
8	水	ごめこまるがた 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 にんじん たまねぎ しめじ コーン	ごめこパン 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 だいごん こんにゃく キャベツ ねぎ	ごめ おおむぎ ごむぎこ ごめこ あぶら さつまいも みかんゼリー	652
10	金	ごめこコッペパン		とうふのちゅうかふうに ナムル くろまめきなこクリーム	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	ごめこパン あぶら かたくりこ さとう ごまあぶら くろまめきなこクリーム	614
14	火	(げんまいごはん)		やきとりどん やさいたっぷりすましじる むらさきいもチップス	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 だいごん にんじん こまつな	げんまい ごめ あぶら さとう かたくりこ むらさきいもチップス	585
15	水	こがたごめこ 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	ごめこパン 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 こんにゃく グリーンピース	ごめ あぶら さとう	613
17	金	ごめこコッペパン		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	ごめこパン 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 まぐるみずに	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	ごめ 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	ごめ さとう あぶら	600
22	水	ごめこコッペパン		はっぼうさい しゅうまい プチシュークリーム	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	ごめこパン 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 こんにゃく きりぼしだいごん きゅうり ゆずかじゅう	ごめ じゃがいも こんにゃく さとう あぶら しろごま	610
24	金	ごめこコッペパン		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	ごめこパン あぶら マヨネーズ はるさめ りんごジャム	603
27	月	ごはん		ゆずみそおでん ゆずみそ ちくさあえ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ さつまあげ こんぶ みそ たまご	こんにゃく だいごん にんじん ゆずかじゅう キャベツ こまつな	ごめ さといも さとう しろごま	588
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	ごめ 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	ごめこことう コッペパン		にくだんごのてりに こまつなごめこシチュー	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 しいたけ えだまめ	ごめこことうパン マカロニ ごめこ 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 れんこん ごぼう たまねぎ ほししいたけ	ごめ さとう あぶら すいとん	656
31	金	ごめこコッペパン		ポークビーンズ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	にんじん たまねぎ えだまめ にんにく ごぼう 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	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。