

小松島市小学校 学校給食予定献立表  
令和7年 2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	材料 kcal	
3	月	ごはん		いわしのうめにおひたし やさいとだいちのいそに	ぎゅうにゅう いわしのうめに とりにく だいち ひじき	はくさい にんじん こんにやく たまねぎ グリンピース	こめ さとう じゃがいも あぶら	619	
4	火	ごはん		マーボー豆腐 ナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく レンズまめ みそ	たまねぎ にんじん <u>ほししいたけ</u> えだまめ しょうが にんにく きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ	こめ さとう あぶら かたくり ごまあぶら	627	
5	水	<u>こめこまるがた きりこみ コッペパン</u>		セルフフルーツサンド ポトフ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	もも パイナップル バナナ みかん たまねぎ にんじん しめじ キャベツ ブロッコリー えだまめ	<u>こめこパン</u> ホイップクリーム じゃがいも	624	
6	木	ごはん		かぼちゃのそぼろに きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ <u>ちりめん</u>	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 <u>きゅうり</u>	<u>こめあぶら</u> さとう しろごま	614	
7	金	こめこコッペパン		いかのかりんあげ ちゅうかスープ チョコだいちペースト	ぎゅうにゅう いか ぶたにく	しょうが たまねぎ にんじん <u>はくさい</u> コーン きくらげ こまつな	<u>こめこパン</u> かたくり あぶら ごまあぶら チョコだいちペースト	613	
10	月	振替休業日							
12	水	こめこコッペパン		とくしまさんあじのフライ ポイルブロッコリー タルタルソース こめこのシチュー	ぎゅうにゅう あじフライ とりにく スキムミルク	ブロッコリー たまねぎ しめじ にんじん えだまめ	<u>こめこパン</u> あぶら タルタルソース じゃがいも <u>こめこ</u> バター	641	
13	木	ごはん		ぶたにくとだいごんのにも キャベツとあぶらあげのあまずあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ あぶらあげ	<u>だいごん</u> にんじん こんにやく えだまめ しょうが キャベツ <u>きゅうり</u>	こめ さとう あぶら しろごま	597	
14	金	こめこコッペパン		ハートがたハンバーグのきのこソース おしむぎいりスープ チョコプリン	ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく	たまねぎ しめじ えのきたけ にんじん こまつな コーン	<u>こめこパン</u> さとう おおむぎ チョコプリン	633	
17	月	(ごはん)		ほうれんそうカレー コーンサラダ	ぎゅうにゅう とりにく スキムミルク ハム	たまねぎ にんじん ほうれんそう しょうが にんにく コーン きゅうり キャベツ	こめ じゃがいも あぶら カレールウ ドレッシング	633	
18	火	ごはん		よせなべふう きざみたくあん	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ かつおぶし	ねぎ しょうが はくさい にんじん <u>こまつな</u> しめじ たくあん えだまめ	こめ かたくり はるさめ しろごま	601	
19	水	こめこコッペパン		コロック ポイルキャベツ ソース コンソメスープ ベビーチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	キャベツ にんじん たまねぎ こまつな しめじ コーン	<u>こめこパン</u> コロック あぶら	631	
20	木	ごはん		さばのみそに けんちんじる	ぎゅうにゅう さば みそ とうふ あぶらあげ	たまねぎ しょうが ごぼう <u>だいごん</u> にんじん <u>ほししいたけ</u> <u>こまつな</u>	こめ さとう ごまあぶら	609	
21	金	こがたこめこ コッペパン		トマトクリームスパゲティ ころころまめサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン だいち まぐろみずに	トマト たまねぎ にんじん ほうれんそう にんにく えだまめ <u>きゅうり</u>	<u>こめこパン</u> スパゲティ バター さとう なまクリーム ドレッシング	602	
25	火	(ごはん)		おやごどん ひじきのすだちずあえ	ぎゅうにゅう とりにく たまご ひじき ちくわ <u>ちりめん</u>	にんじん たまねぎ <u>ほししいたけ</u> きょうねぎ きゅうり すだちかじゅう	こめ さとう しろごま	598	
26	水	こめこコッペパン		ぶたにくとはるさめのいためもの えびしゅうまい	ぎゅうにゅう ぶたにく えびしゅうまい	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ えだまめ きくらげ	<u>こめこパン</u> はるさめ あぶら	612	
27	木	ごはん		さわらのなんぼんづけ みそしる	ぎゅうにゅう さわら とうふ わかめ みそ	たまねぎ ピーマン にんじん <u>だいごん</u> えのきたけ <u>ほししいたけ</u>	こめ かたくり <u>こめこ</u> あぶら さとう	629	
28	金	<u>こめこまるがた きりこみ コッペパン</u>		チリコンカンサンド ほうれんそうとたまごのスープ いちごのムース	ぎゅうにゅう ぶたにく だいち ベーコン たまご わかめ	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく トマトピューレー ほうれんそう	<u>こめこパン</u> あぶら いちごのムース	629	

※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。