

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	1人分 kcal
3	月	ごはん		いわしのうめに おひたし やさいとだいのいそに	ぎゅうにゅう いわしのうめに とりにく だいず 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 えだまめ ほしいたけ 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 かたくりこ ごまあぶら	627
5	水	こめこまるがた きりこみ コッペパン		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 パナナ 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	こめこパン 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 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	こめ あぶら 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 チョコだいずペースト	ぎゅうにゅう いか ぶたにく	しょうが たまねぎ にんじん はくさい コーン きくらげ こまつな	こめこパン かたくりこ あぶら ごまあぶら チョコだいずペースト	613
10	月	ごはん		ごもくあつやきたまご キャベツとちくわのカレーマヨあえ とんじる	ぎゅうにゅう ちくわ ごもくあつやきたまご ぶたにく あぶらあげ みそ	キャベツ にんじん たまねぎ こんにやく ねぎ	こめ マヨネーズ さつまいも	608
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	こめこパン あぶら タルタルソース じゃがいも こめこ バター	641
13	木	ごはん		ぶたにくとだいこんのもの 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	だいこん にんじん こんにやく えだまめ しょうが キャベツ きゅうり	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	こめこパン 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 しょうが にんにく ほうれんそう 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 こまつな しめじ たくあん えだまめ	こめ かたくりこ はるさめ しろごま	601
19	水	こめこコッペパン		コロッケ 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	こめこパン コロッケ 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 だいこん にんじん ほしいたけ こまつな	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 だいず 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 きゅうり	こめこパン 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 ちりめん	にんじん たまねぎ ほしいたけ 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	こめこパン 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 ビーマン にんじん だいこん えのきたけ ほしいたけ	こめ かたくりこ こめこ あぶら さとう	629
28	金	こめこまるがた きりこみ コッペパン		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 だいず ベーコン たまご わかめ	にんじん たまねぎ ビーマン にんにく トマトピューレー ほうれんそう	こめこパン 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。