

小松島市小学校 学校給食予定献立表
令和7年 5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
1	木	ごはん		じゃがいものうまに ひじきのごまずあえ	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ ひじき ちくわ(ちりめん)	にんじん こんにやく たまねぎ えだまめ しょうが きゅうり	(こめ)じゃがいも さとう あぶら ごま	590
2	金	こめこッペパン		アジフライ キャベツのレモンあえ ABCマカロニスープ こどものひゼリー	ぎゅうにゅう あじフライ とりにく	キャベツ レモン にんじん たまねぎ コーン こまつな	(こめこパン)あぶら マカロニ こどものひゼリー	633
7	水	こめこくとろ コッペパン		とうふのちゅうかふうに ナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく	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 きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ	(こめこくとろパン)あぶら かたくりこ さとう ごま ごまあぶら	608
8	木	ごはん		タラとえだまめのごまがらめ さわにわん	ぎゅうにゅう たら ぶたにく あぶらあげ	しょうが えだまめ ごぼう こんにやく だいこん にんじん ほししいたけ こまつな	(こめ)かたくりこ あぶら さとう ごま	624
9	金	こがたこめこ コッペパン		ごもくうどん ツナとコーンのサラダ チョコだいきペースト	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ わかめ まぐろみずに	にんじん はくさい こまつな ねぎ きゅうり コーン	(こめこパン)うどん ドレッシング チョコだいきペースト	654
12	月	ごはん		しんたまねぎのすきやき きゅうりのかおりづけ プリン	ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ やきふ	こんにやく たまねぎ はくさい にんじん きょうねぎ きゅうり	(こめ)さとう あぶら ごまあぶら プリン	630
13	火	ごはん		さわらのしおやき おひたし とんじる	ぎゅうにゅう さわらのしおやき 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 ごぼう ねぎ	(こめ)さとう ごま さつまいも	605
14	水	こめこッペパン		はつぼうさい あげはるまき	ぎゅうにゅう ぶたにく いか はるまき	はくさい にんじん たまねぎ きくらげ しょうが	(こめこパン)かたくりこ あぶら	640
15	木	ごはん		とりにくとこんにやくのみそに キャベツとあぶらあげのあまずあ え	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ みそ あぶらあげ	こんにやく にんじん ごぼう えだまめ しょうが キャベツ きゅうり	(こめ)じゃがいも さとう あぶら ごま	584
16	金	こめこまるがた きりこみパン		セルフツナサンド (ツナサラダ・チーズ・マヨネーズ) おしむぎいりスープ	ぎゅうにゅう まぐろみずに チーズ ぶたにく	きゅうり たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ コーン	(こめこパン)マヨネーズ おおむぎ あぶら	617
19	月	ごはん		とりてん カリカリあえ とうふとわかめのすましじる	ぎゅうにゅう とりにく たまご とうふ わかめ	しょうが にんにく キャベツ にんじん うめ たまねぎ えのきたけ こまつな	(こめ)こむぎこ かたくりこ あぶら	598
20	火	(ごはん)		ドライカレー えだまめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく レンズまめ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ビーマン キャベツ コーン えだまめ	(こめ)バター カレールウ あぶら ドレッシング	665
21	水	こがたこめこ コッペパン		やきビーフン しゅうまい りんごジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく しゅうまい	キャベツ たまねぎ にんじん にら きくらげ	(こめこパン)ビーフン ごまあぶら あぶら りんごジャム	638
22	木	ごはん		かつおカツ ごまあえ ぐだくさんみそしる	ぎゅうにゅう かつおカツ とうふ あぶらあげ わかめ みそ	はくさい にんじん たまねぎ ほししいたけ えのきたけ ねぎ	(こめ)あぶら さとう ごま	618
23	金	こめこッペパン		ポークビーンズ さんしょくサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいき ハム	にんじん たまねぎ えだまめ にんにく キャベツ きゅうり 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	607
26	月	振替休業日						
27	火	ごはん		こうやどうふのふくめに きりぼしだいこんのツナあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく まぐろみずに	たまねぎ にんじん ほししいたけ えだまめ きりぼしだいこん きゅうり	(こめ)じゃがいも さとう ごま	599
28	水	こめこッペパン		ハンバーグのきのこソース コンソメスープ やきプリンタルト	ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく わかめ	たまねぎ しめじ えのきたけ キャベツ にんじん コーン	(こめこパン)さとう あぶら やきプリンタルト	715
29	木	ごはん		さばのしょうがに くきわかめのきんぴら	ぎゅうにゅう さば くきわかめ ぶたにく あぶらあげ	しょうが たまねぎ ごぼう こんにやく にんじん えだまめ	(こめ)さとう ごまあぶら	616
30	金	きなこあげパン		オムレツ やさいのスープに	きなこ ぎゅうにゅう オムレツ とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ コーン えだまめ	(こめこパン)あぶら さとう じゃがいも	676

※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。