

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人分 kcal
1	木	ごはん		じゃがいものうまに ひじきのごますあえ	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 ごんにやく たまねぎ えだまめ しょうが きゅうり	ごめじゃがいも さとう あぶら ごま	590
2	金	ごめこコッペパン		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 ごまつな	ごめこパンあぶら マカロニ こどものひゼリー	633
7	水	ごめこことう 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	ごめこことうパあぶら 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 ごんにやく だいこん にんじん ほししいたけ ごまつな	ごめかたくりこ あぶら さとう ごま	624
9	金	こがたごめこ コッペパン		ごもくうどん ツナとコーンのサラダ チョコだいちペースト	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ わかめ まぐるみずに	にんじん はくさい ごまつな ねぎ きゅうり コーン	ごめこパンうどん ドレッシング チョコだいちペースト	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	ごんにやく たまねぎ はくさい にんじん きょうねぎ きゅうり	ごめさとう 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 ごんにやく ごぼう ねぎ	ごめさとう ごま さつまいも	605
14	水	ごめこコッペパン		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	ごめこパンかたくりこ あぶら	640
15	木	ごはん		とりにくとごんにやくのみそに キャベツとあぶらあげのあますあ え	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ みそ あぶらあげ	ごんにやく にんじん ごぼう えだまめ しょうが キャベツ きゅうり	ごめじゃがいも さとう あぶら ごま	584
16	金	ごめこまるがた 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 まぐるみずに チーズ ぶたにく	きゅうり たまねぎ にんじん ごまつな えのきたけ コーン	ご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 ごまつな	ごめこむぎこ 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 ピーマン キャベツ コーン えだまめ	ごめバター カレールウ あぶら ドレッシング	665
21	水	こがたごめこ 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	ごめこパンビーフン ごまあぶら あぶら りんごジャム	638
22	木	ごはん		かつおかツ ごまあえ くたくさんみそしる	ぎゅうにゅう かつおかツ 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	ごめあぶら さとう ごま	618
23	金	ごめこコッペパン		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 だいず 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	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	607
26	月	(ごはん)		ルーローハン はるさめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン わかめ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ ごまつな はくさい きくらげ コーン	ごめあぶら さとう かたくりこ はるさめ	598
27	火	修学旅行・遠足						
28	水	振替休日						
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 ごんにやく にんじん えだまめ	ごめさとう 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	ごめこパンあぶら 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。