

小松島市小学校 学校給食予定献立表  
令和8年 3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
2	月	ごはん		ちくわのにしょくあげ ぐだくさんみそしる さかなぶりかけ	ぎゅうにゅう ちくわ あおのりこ ぶたにく あぶらあげ みそ さかなぶりかけ	だいこん にんじん しめじ キャベツ こまつな	こめこむぎこ こめこあぶら	605
3	火	(ごはん)		さんしょくどん とうふのすましじる ひなあられ	ぎゅうにゅう とりにく たまご とうふ わかめ	しょうが こまつな たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ	こめあぶら さとう ごま ひなあられ	612
4	水	こめココア コッペパン		ようふうに ツナとブロッコリーのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン まぐろみずに	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ ブロッコリー きゅうり コーン	こめココアパン じゃがいも なまクリーム ドレッシング	624
5	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
6	金	きなこあげパン		ほうれんそうオムレツ ABCマカロニスープ	きなこ ぎゅうにゅう ほうれんそうオムレツ とりにく	にんじん たまねぎ コーン キャベツ こまつな	こめパン あぶら さとう マカロニ	651
9	月	ごはん		ぶたキムチいため しゅうまい	ぎゅうにゅう ぶたにく しゅうまい	キムチ たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ きくらげ にら にんにく	こめさとう あぶら ごまあぶら	618
10	火	チキンライス		からあげ キャベツのレモンあえ やさいスープ みかんゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうが にんにく キャベツ レモン にんじん たまねぎ コーン こまつな	こめかたくりこめこ あぶら じゃがいも みかんゼリー	639
11	水	こがたこめこ コッペパン		とんこつラーメン ナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	にんじん キャベツ きくらげ ねぎ コーン きりぼしだいこん(きゅうり)	こめパン ちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら	606
13	金	こめこコッペパン		こまつなのこめこシチュー ころころまめサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコンスキムミルク だいず まぐろみずに	たまねぎ にんじん こまつな コーン しいたけ えだまめ きゅうり	こめパン マカロニ こめこバター ドレッシング	593
16	月	ごはん		いわしのおかかに きゅうりのかおりづけ ひじきのいために	ぎゅうにゅう いわしおかかに ひじき とりにく さつまあげ あぶらあげ	きゅうり にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ	こめさとう ごまあぶら あぶら	618
17	火	ごはん		しゃきしゃきメンチカツ ポイルキャベツソース みそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ あぶらあげ みそ	れんこん たまねぎ しいたけ キャベツ にんじん えのきたけ こまつな	こめこむぎこ パンこ あぶら	656
18	水	こめこコッペパン		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 きゅうり コーン	こめパン じゃがいも バター さとう あぶら ドレッシング	649
19	木	ごはん		ダッカルビ とうふとわかめのスープ	ぎゅうにゅう とりにく わかめ ベーコン とうふ	たまねぎ キャベツ しょうが にんにく きくらげ にんじん コーン こまつな	こめきつまいも あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ ごま	632
23	月	(ごはん)		ドライカレー やさいサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく レンズまめ ハム ヨーグルト	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく しょうが キャベツ きゅうり	こめバター カレールウ あぶら ドレッシング	680

※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。

※3月10日(火)は6年生対象のセレクト給食です。

卒業のお祝いに、主菜とデザートを選んで予約しています。

