

小松島市小学校 学校給食予定献立表
令和8年 4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食あたり kcal
9	木	ごはん		にくじゃが 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 あぶらあげ	たまねぎ にんじん こんにやく えだまめ キャベツ きゅうり	こめ じゃがいも さとう あぶら ごま	607
10	金	きりこみこめこ コッペパン		セルフホットドッグ (ウインナー・キャベツ・ケチャップ) パンフキンポータージュ	ぎゅうにゅう ウインナー とりにく	キャベツ かほちや たまねぎ にんじん ほうれんそう	こめこパン こめこ バター あぶら	584
13	月	ごはん		ごもくあつやきたまご ゆかりあえ こやどうふのふくめに	ぎゅうにゅう ごもくあつやきたまご こやどうふ とりにく	キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん ほししいたけ えだまめ	こめ じゃがいも さとう	621
14	火	ごはん		さばのみそに だいずいりきんびら	ぎゅうにゅう さば みそ ぶたにく さつまあげ だいず	たまねぎ しょうが ごぼう こんにやく にんじん えだまめ	こめ さとう ごま ごまあぶら	681
15	水	こめこコッペパン		ハンバーグのきのこソース みだくさんスープ メープルジャム	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン わかめ	たまねぎ しめじ えのきたけ はくさい にんじん コーン	こめこパン さとう あぶら メープルジャム	610
16	木	ごはん		ぶたにくのしょうがやき きりぼしだいごんのツナあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐるみずに	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン しょうが きりぼしだいごん きゅうり	こめ さとう あぶら ごま	592
17	金	こめこコッペパン		いかのチリソース ごもくスープ	ぎゅうにゅう いか とりにく	たまねぎ しょうが にんにく にんじん きくらげ こまつな コーン	こめこパン かたくりこ あぶら さとう はるさめ	595
20	月	(ごはん)		ぶたどん おしむぎいりすましじる おいわいクレープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ちくわ あぶらあげ	たまねぎ にんじん こんにやく ねぎ だいごん こまつな	こめ あぶら さとう おおむぎ おいわいクレープ	691
21	火	ごはん		じゃがいものうまに だいずとちりめんのあげに	ぎゅうにゅう とりにく だいず 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	こめ じゃがいも さとう あぶら かたくりこごま	616
22	水	こがたこめこ コッペパン		スパゲティミートソース コーンサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく レンズまめ	たまねぎ にんじん しめじ ピーマン にんにく トマトピューレー キャベツ きゅうり コーン	こめこパン スパゲッティ あぶら ドレッシング	661
23	木	ごはん		さんまのかんろに おひたし さつまじる	ぎゅうにゅう さんまのかんろに とりにく あぶらあげ みそ	キャベツ にんじん ごぼう こんにやく はくさい ねぎ	こめ さとう さつまいも	584
24	金	こめこ アップルパン		とうふのちゅうかふうに はるさめのさっぱりサラダ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ハム	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 きゅうり キャベツ	こめこアップルパン あぶら かたくりこ はるさめ さとう ごまあぶら	599
27	月	(ごはん)		チキンカレー あんにとろろ	ぎゅうにゅう とりにく スキムミルク	たまねぎ にんじん しょうが にんにく えだまめ みかん パイナップル もも	こめ じゃがいも あぶら カレーパウダー あんにんどうふ	643
28	火	ごはん		チキンチキンごぼう ぐだくさんみそしる	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ごぼう にんじん たまねぎ だいごん ほししいたけ えのきたけ ねぎ	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま	647
30	木	ごはん		いわしのしょうがに とさあえ やさいとだいずのいそに	ぎゅうにゅう いわしのしょうがに かつおぶし とりにく ちくわ だいず ひじき	キャベツ にんじん こんにやく たまねぎ えだまめ	こめ じゃがいも さとう あぶら	639

※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、17日が「食育の日」の献立になっています。

しっかり食べて
げんきにすごしたいね!

