

小松島市小学校 学校給食予定献立表
令和 8 年 7 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
1	水	こめこコッペパン		ポークビーンズ コーンサラダ	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 キャベツ きゅうり コーン	こめこパン ジャがいも バター さとう あぶら ドレッシング	634
2	木	ごはん		ぶたにくのしょうがやき きりぼしだいこんのツナあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろみず	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン しょうが きりぼしだいこん きゅうり	こめ あぶら さとう ごま	592
3	金	こがたこめこ コッペパン		ひやしちゅうか ひやしちゅうかスープ しゅうまい	ぎゅうにゅう とりにく たまご しゅうまい	きゅうり にんじん こまつな	こめこパン ちゅうかめん ごまあぶら ごま	649
6	月	(ごはん)		なつやさいカレー えだまめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク	かぼちゃ にんじん たまねぎ なす ピーマン しょうが にんにく キャベツ コーン えだまめ	こめ あぶら カレールウ ドレッシング	659
7	火	ごはん		わふうハンバーグ そうめんじる たなばたゼリー	ぎゅうにゅう ハンバーグ あぶらあげ	たまねぎ しょうが にんじん はくさい ほししいたけ えのきたけ こまつな	こめ さとう ごま そうめん ゼリー	630
8	水	こめこコッペパン		ユーリンチー ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	きょうねぎ にんにく 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 こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら	595
9	木	ごはん		いわしのうめに おひたし ひじきのいために	ぎゅうにゅう いわしのうめに ひじき ぶたにく さつまあげ	キャベツ にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ	こめ さとう あぶら	615
10	金	きりこみこめこ コッペパン		セルフホットドッグ (ウィンナー・キャベツ・ケチャップ) やさいスープ プリン	ぎゅうにゅう ウィンナー とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ コーン こまつな	こめこパン ジャがいも あぶら プリン	599
13	月	(ごはん)		にらそばうどん みそしる	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく たまご ちくわ あぶらあげ みそ	しょうが たまねぎ えだまめ にら にんじん ほししいたけ キャベツ こまつな	こめ さとう あぶら じゃがいも	625
14	火	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 ぎゅうにく あぶらあげ	しょうが たまねぎ ごぼう こんにゃく にんじん えだまめ	こめ さとう ごまあぶら	630
15	水	こめこことう コッペパン		いかのかりんあげ パンサンスウ	ぎゅうにゅう いか ハム たまご	しょうが キャベツ きゅうり にんじん きくらげ	こめこことうパン かたくりこ あぶら はるさめ ごま さとう ごまあぶら	648
16	木	ごはん		やきにく きゅうりのかおりづけ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン にんにく りんご きゅうり	こめ あぶら さとう ごま ごまあぶら	592
17	金	こがたこめこ コッペパン		カレースパゲティ フルーツカクテル	ぎゅうにゅう ぶたにく レンズまめ	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく みかん パイナップル もも	こめこパン スパゲッティ カレールウ あぶら ゼリー	660

※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。