

小松島市小学校 学校給食予定献立表
令和8年 8・9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
31	月	ごはん		わふうおろしハンバーグ ポイルキャベツ ためきじる	ぎゅうにゅう ハンバーグ さつまあげ あぶらあげ	だいこん キャベツ こんにやく にんじん ほししいたけ たまねぎ こまつな しょうが	こめ かたくりこ ごまあぶら	592
1	火	(ごはん)		とりにくとレンズまめのカレー フルーツゼリー	ぎゅうにゅう とりにく レンズまめ スキムミルク	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが にんにく トマトピューレー みかん パイナップル もも	こめ じゃがいも あぶら カレールウ ゼリー	673
2	水	こめこコッペパン		ぶたにくとはるさめのいためもの にくだんごのてりに	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ えだまめ きくらげ	こめこパン はるさめ あぶら	657
3	木	ごはん		いわしのうめに そくせきづけ ひじきのいために	ぎゅうにゅう いわしのうめに しおこんぶ ひじき とりにく さつまあげ	キャベツ にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ	こめ ごま あぶら さとう	613
4	金	こめこコッペパン		ナゲット ポテト ケチャップソース こまつなとたまごのスープ	ぎゅうにゅう チキンナゲット ベーコン たまご わかめ	にんじん たまねぎ こまつな	こめこパン あぶら フライドポテト	637
7	月	(ごはん)		ぶたどん とさのゆずかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ かつおぶし	たまねぎ にんじん こんにやく きょうねぎ キャベツ こまつな ゆずかじゅう	こめ あぶら さとう	588
8	火	ごはん		ごもくあつやきたまご おひたし さつまじる	ぎゅうにゅう ごもくあつやきたまご 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 ごま さつまいも	590
9	水	こめこまるがた きりこみパン		セルフチキンカツサンド (チキンカツ・タルタルソース キャベツのレモンあえ) ポテトスープ	ぎゅうにゅう チキンカツ ベーコン	キャベツ レモンかじゅう たまねぎ にんじん コーン こまつな	こめこパン あぶら タルタルソース じゃがいも	619
10	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 さつまあげ	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	614
11	金	こめこコッペパン		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 とりにく	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 きりほしだいこん きゅうり	こめこパン あぶら かたくりこ さとう ごまあぶら	591
14	月	ごはん		こうやどうふのたまごとじ キャベツとあぶらあげのあまずあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく たまご あぶらあげ	たまねぎ にんじん ほししいたけ えだまめ キャベツ きゅうり	こめ さとう ごま	611
15	火	ごはん		さわらのなんばんづけ はるさめスープ	ぎゅうにゅう さわら ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン きくらげ キャベツ コーン こまつな	こめ かたくりこ こめこ あぶら さとう はるさめ	635
16	水	こめこコッペパン		とりにくとやさいのトマトに かいそうサラダ りんごジャム	ぎゅうにゅう とりにく だいず かいそう ハム	にんじん たまねぎ しめじ えだまめ トマトピューレー きゅうり コーン	こめこパン じゃがいも さとう あぶら ドレッシング りんごジャム	607
17	木	ごはん		ホイコーロー やきぎょうぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ぎょうぎ	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン きくらげ しょうが にんにく	こめ さとう かたくりこ あぶら	614
18	金	こがたこめこ コッペパン		セルフわふうサラダうどん (ミニからあげ・わふうサラダ めんつゆ) れいとうパイン	ぎゅうにゅう とりにく	きゅうり にんじん オクラ コーン しょうが にんにく えだまめ パイナップル	こめこパン うどん ドレッシング ごま かたくりこ あぶら	644
24	木	ごはん		あつあげとキャベツのみそいため きのこのポンずあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ あぶらあげ	キャベツ にんじん たまねぎ こまつな しょうが きゅうり しめじ えのきたけ ゆずかじゅう	こめ あぶら さとう ごま	619
25	金	きりこみこめこ コッペパン		セルフたまごサンド (たまごサラダ・マヨネーズ) ミネストローネ おつきみゼリー	ぎゅうにゅう たまご ベーコン だいず	きゅうり トマト たまねぎ にんじん しめじ キャベツ にんにく	こめこパン マヨネーズ じゃがいも マカロニ あぶら おつきみゼリー	609
28	月	ごはん		ぶたにくのニラソース かぼちゃのみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ あぶらあげ みそ	にんにく にら かぼちゃ にんじん たまねぎ ほししいたけ こまつな	こめ かたくりこ あぶら さとう	679
29	火	ごはん		じゃがいものうまに ちくさあえ ひじきのり	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ たまご ひじきのり	にんじん こんにやく たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ こまつな	こめ じゃがいも さとう あぶら ごま	587
30	水	こがたこめこ コッペパン		なすミートスパゲティ コーンサラダ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく	たまねぎ にんじん なす しめじ えだまめ にんにく トマト キャベツ きゅうり コーン	こめこパン スパゲティ あぶら ドレッシング	657

※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、18日が「食育の日」の献立になっています。