

8・9月分 学校給食献立表

○ 小松島産の食材

日	曜	献立名		食品名			熱量 kcal
				血やきん肉やほねをつくる(赤)	ねつやカのもとになる(黄)	体のちようしをととのえる(緑)	
31	水	こがた こめこ コッパン	やきそば フルーツカクテル	ぶたにく いか カツてん かつおぶし ぎゅうにゅう	やきそばめん あぶら ゼリー (こめこパン)	にんじん キャベツ たまねぎ ねぎ みかん パイン おうとう	621
1	木	ごはん	さわらのさいきょうやき おひたし ひじきのいために	さわらのさいきょうやき ひじき ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	あぶら さとう (こめ)	こまつな にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん	599
2	金	こめこ コッパン	どりにくやさいのトマトに ココロまめサラダ	どりにく たいす えだまめ ハム ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう あぶら (こめこパン)	たまねぎ にんじん しめじ パセリ トマトピューレ (きゅうり) キャベツ	560
5	月	ごはん	かぼちゃのそぼろに きゅうりとわかめのすのもの シューアイス	どりにく えだまめ わかめ (ちりめん) ぎゅうにゅう	あぶら さとう こま シューアイス (こめ)	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじんこんにゃく きゅうり ゆず	649
6	火	ごはん	ぶりのてりやき そくせきつけ きのことこんさいのみそしる	ぶりのてりやき こんぶ ぶたにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	さとう (こめ)	はくさい にんじん ごぼう だいこん (ほししいたけ) えのきだけ こまつな	591
7	水	こめこ コッパン	にこみハンバーグ やさいのスープに	ハンバーグ とりにく えだまめ ぎゅうにゅう	さとう じゃがいも (こめこパン)	たまねぎ しめじ えのきだけ トマトピューレ にんじん コーン キャベツ	609
8	木	ごはん	ぶたキムチいため あげぎょうざ	ぶたにく ぎょうざ ぎゅうにゅう	さとう あぶら ごまあぶら (こめ)	たまねぎ にんじん ピーマン はくさい きくらげ いら にんにく キムチ	636
9	金	こめこ コッパン	オムレツ ミニトマト こめこコーンポタージュ おつきみゼリー	オムレツ ベーコン えだまめ ぎゅうにゅう	じゃがいも (こめこ) バター おつきみゼリー (こめこパン)	ミニトマト たまねぎ にんじん コーン	607
12	月	(ごはん)	ビーフカレー だいこんサラダ	ぎゅうにく えだまめ スキムミルク かつおぶし ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら カレールウ (こめ)	たまねぎ にんじん しょうが にんにく だいこん きゅうり コーン	634
13	火	ごはん	ちくわのにしょくあげ しそひじき ふしめんじる	ちくわ たまご あおのり しそひじき あぶらあげ ぎゅうにゅう	こむぎこ こめこ あぶら ふしめん (こめ)	はくさい にんじん たまねぎ (ほししいたけ) こまつな えのきだけ	624
14	水	(食パン)	セルフツサンド (ツナサラダ・スライスチーズ・マヨネーズ) ミネストローネ	まくろみずに チーズ ベーコン ぎゅうにゅう	マヨネーズ じゃがいも あぶら マカロニ しょくパン	(きゅうり) たまねぎ にんじん キャベツ トマト にんにく パセリ セロリ	611
15	木	ごはん	マーボーなす パンパンジー パンパンジードレッシング	ぶたにく レンズまめ えだまめ みそ ささみ ぎゅうにゅう	さとう でんぶん あぶら パンパンジードレッシング (こめ)	なす たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン (ほししいたけ) しょうが にんにく (きゅうり) コーン	610
16	金	コービー こめこ コッパン	こまつしまさんハモのフライ レモンあえ おしむぎいりスープ	こまつしまさんハモフライ ぶたにく ぎゅうにゅう	あぶら おおむぎ (コービーパン)	キャベツ レモン こまつな たまねぎ にんじん (ほししいたけ) コーン	586
20	火	ごはん	おやこに ごまあえ	どりにく たまご さつまあげ ぎゅうにゅう	さとう こま (こめ)	にんじん たまねぎ (ほししいたけ) きょうねぎ はくさい こまつな	562
21	水	こめこ コッパン	どりにくのねぎソース ちゅうかスープ	どりにく ベーコン ぎゅうにゅう	でんぶん あぶら さとう ごま ごまあぶら はるさめ (こめこパン)	ねぎ たまねぎ にんじん キャベツ コーン ほうれんそう きくらげ	583
22	木	ごはん	さばのしょうがに とうふのすましじる	さば とうふ わかめ ぎゅうにゅう	さとう (こめ)	しょうが たまねぎ にんじん (ほししいたけ) しめじ だいこん	621
26	月	ごはん	やきにく てづくりふりかけ	ぎゅうにく ぶたにく みそ (ちりめん) かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	あぶら さとう こま ごまあぶら (こめ)	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン ヤングコーン にんにく りんご	640
27	火	ごはん	じゃがいものうまに キャベツとあぶらあげのあますあえ	どりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう えだまめ	じゃがいも さとう あぶら こま (こめ)	にんじんこんにゃく たまねぎ しょうが キャベツ (きゅうり)	571
28	水	こめこ コッパン	あつあげのちゅうかうらうに ぶたにくしゅうまい	あつあげ ぶたにく えだまめ ぶたにくしゅうまい ぎゅうにゅう	あぶら でんぶん (こめこパン)	にんじん たけのこ たまねぎ はくさい きくらげ しょうが にんにく	627
29	木	ごはん	こいわしのてんぶら ゆかりあえ きりほしだいこんのふくめに	こいわしのてんぶら どりにく ぎゅうにゅう	あぶら さとう じゃがいも (こめ)	(きゅうり) ゆかり にんじん きりほしだいこん (ほししいたけ) さやいんげん	574
30	金	こがた こめこ コッパン	トマトクリームスパゲティ かぼちゃサラダ マヨネーズ	ベーコン ぎゅうにゅう	スパゲティ バター さとう なまクリーム マヨネーズ (こめこパン)	たまねぎ にんじん ほうれんそう トマト にんにく かぼちゃ (きゅうり) コーン	618

※牛乳は毎回つきます。

※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、16日が「食育の日」の献立になっています。