

# 令和3年度 7月 学校給食献立表

善通寺市・琴平町・多度津町学校給食センター

日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名						kcal		
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)		おもに体をつくるもとになる食品(赤)		おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)		年中	小4	中2
1 (木)		ハヤシライス	海藻サラダ ミニトマト ももゼリー	米 大麦	油	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	502		
				じゃがいも	ドレッシング	ちくわ	わかめ	にんにく	エリンギ	644		
				ゼリー	ごま	きのこ	こんにぬ	キャベツ	きゅうり	737		
2 (金)		米粉パン	さけのマリネソースかけ コーンポテト モロヘイヤの コンソメスープ ミックスマツツ(小・中)	パン	油	さけ	牛乳	にんじん	たまねぎ	433		
				米粉	アーモンド	ベーコン		パセリ	コーン	614		
				砂糖	がゆ			エリンギ	キャベツ	748		
5 (月)		たこめし	揚げ出し豆腐 切り干し大根の酢の物 夏野菜のみそ汁	米	油	たこ	牛乳	にんじん	ごぼう	489		
				こんにやく		青大豆		こまつな	干しいたけ	617		
				砂糖		豆腐		かぼちゃ	切り干し大根	722		
6 (火)		小型 ミルクパン	スパグッティボンゴレ 五目サラダ 煮干し	パン	オリーブ油	あさり	牛乳	パセリ	たまねぎ	515		
				スパグッティ	ドレッシング	ベーコン	チーズ	トマト	エリンギ	662		
				砂糖	ごま	ちくわ	煮干し	グリーンアスパラ	にんにく	823		
7 (水)		ごはん (委託)	鶏肉の青じそ揚げ きゅうりとキャベツの すだちあえ なす入りふしめん汁 七夕ゼリー	米	ごま油	鶏肉	牛乳	しそ	もやし	509		
				小麦粉		かまぼこ		にんじん	きゅうり	650		
				米粉		油揚げ		葉ねぎ	キャベツ	803		
8 (木)		とうもろこし ごはん	さわらの七味焼き 小松菜のおかかあえ きゅうりの炒め煮	米	ごま	さわら	牛乳	こまつな	コーン	485		
				砂糖	ごま油	かつお節	きゅうり	にんじん	しょうが	618		
				こんにやく		油揚げ	キャベツ	たけのこ	もやし	731		
9 (金)		小型 レーズン パン 幼のみ	カレービーンズ ゴーヤとツナのソテー オレンジ	パン	油	大豆	牛乳	にんじん	レーズン	510		
				じゃがいも	ドレッシング	豚肉		パセリ	たまねぎ	644		
				砂糖		まぐろ			エリンギ	805		
12 (月)		穴子ごはん 幼のみ	かぼちゃの鹿の子揚げ 野菜のしそあえ なすのみそ汁	米	油	あなご	牛乳	にんじん	きゅうり	514		
				砂糖		高野豆腐		かぼちゃ	キャベツ	647		
				パン粉		油揚げ		しそ	もやし	802		
13 (火)		ダイシモチ ごはん	厚揚げのしょうがだれかけ きゅうりともやしのナムル 小松菜と肉団子のスープ いちごクレープ(幼・中)	米	ごま油	厚揚げ	牛乳	にんじん	しょうが	568		
				ダイシモチ		肉だんご	わかめ	こまつな	もやし	624		
				砂糖				葉ねぎ	キャベツ	833		

日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名						kcal		
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)		おもに体をつくるもとになる食品(赤)		おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)		年中	小4	中2
14 (水)		豚キムチ丼 幼のみ	ちくわの磯辺揚げ キャベツの ごまドレッシングあえ 冷凍みかん	米	ごま油	豚肉	牛乳	にんじん	しょうが	528		
				砂糖	油	ちくわ	あおりのり	にんにく	たまねぎ	686		
				小麦粉	ごま			キャベツ	キャベツ	837		
15 (木)		夏野菜 カレーライス	ひじきサラダ キウイフルーツ	米	油	豚肉	牛乳	にんじん	にんにく	501		
				大麦			ひじき	かぼちゃ	エリンギ	651		
				じゃがいも				セロリ	えだまめ	753		
16 (金)		ダイシモチ パン	ハンバーグ ラタトゥイユ ABCスープ りんごジャム	パン	オリーブ油	ハンバーグ	牛乳	にんじん	たまねぎ	500		
				ダイシモチ		ベーコン		ピーマン	ズッキーニ	647		
				粉				トマト	にんにく	765		
19 (月)		わかめうどん	とり天 元気サラダ いちごクレープ(小のみ)	うどん	油	豚肉	わかめ	にんじん	干しいたけ	507		
				小麦粉	ごま	鶏肉	こんにぬ	葉ねぎ	たまねぎ	743		
				米粉		ハム		キャベツ	きゅうり	759		
20 (火)		セルフ ウインナー サンド	かぼちゃのスープ トマトケチャップ	パン	油	ウインナー	牛乳	にんじん	キャベツ	474		
				全粒粉		あさり		かぼちゃ	きゅうり	610		
				かぼちゃ		ベーコン		パセリ	たまねぎ			

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※幼稚園または小学校、中学校のみの献立についてはそれぞれ(幼)(小)(中)と表記しています。

※市内・町内産の食材には下線を引いています。

☆善通寺市・琴平町・多度津町産食材

ダイシモチ、たまねぎ、こまつな、なす、  
葉ねぎ、にんにく