

令和5年度 4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 年中 小4 中2	
				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)		
6 (木)		青のりと おかの 混ぜごはん	鶏肉のんにく焼き きゅうりとたくあんの ごまあえ じゃがいものみそ汁	米 じゃがいも	ごま かつお節 鶏肉 油揚げ みそ	あおのり 牛乳 にんじん 葉ねぎ	にんにく しょうが きゅうり たくあん たまねぎ	484 627 790
7 (金)		ミルクパン	ミネストローネ ひじきとアスパラガスの マリネ 揚げココアピーズ	パン マカロニ 砂糖 でんぷん	オリーブ油 油 ベーコン 大豆	牛乳 ひじき にんじん パセリ トマト グリーンアスパラガス	たまねぎ キャベツ セロリ エリンギ にんにく きゅうり コーン	431 592 745
10 (月)		ごはん (委託)	牛肉とセロリの炒め物 ツツと野菜のからしあえ けんちん汁	米 砂糖	ごま 油 ごま油 牛肉 まぐろ水煮 豆腐 油揚げ	牛乳 にんじん ごまつな 葉ねぎ	セロリ たけのこ たまねぎ きゅうり キャベツ コーン ごぼう	449 583 739
11 (火)		ダイシモチ ごはん	豚肉のしょうが焼き 野菜のアーモンドあえ たまねぎのみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖	油 アーモンド 豚肉 油揚げ みそ	牛乳 にんじん 葉ねぎ	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ もやし	447 586 712
12 (水)		豆腐入り ドライカレー ライス	春野菜サラダ いちご	米 砂糖	油 豆腐 牛肉 豚肉 豚しほ	牛乳 にんじん グリーンアスパラガス	にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ コーン いちご	461 598 759
13 (木)		たけのこ ごはん	ちくわのしそ揚げ キャベツの昆布あえ すいとん汁	米 砂糖 小麦粉 米粉 すいとん	油 油揚げ ちくわ みそ	牛乳 塩こんぶ にんじん しそ 葉ねぎ	たけのこ えだまめ 干しいたけ きゅうり キャベツ もやし たまねぎ	461 598 713
14 (金)		黒糖パン 幼のみ	鶏肉とじゃがいもの コンソメ煮 アスパラガスのソテー いりごとナッツの オリーブオイルがらめ	パン 黒糖 じゃがいも 砂糖	油 アーモンド オリーブ油 鶏肉 ウィンナー	牛乳 煮干し にんじん パセリ グリーンアスパラガス チンゲンサイ	たまねぎ エリンギ にんにく コーン もやし	428 588 736
17 (月)		ぶた丼	焼きしゅうまい もやしの甘酢あえ 香緑	米 こんにゃく 砂糖	油 ごま 豚肉 しゅうまい	牛乳 にんじん 葉ねぎ ごまつな	たまねぎ 干しいたけ ごぼう もやし きゅうり キウイフルーツ	469 627 770
18 (火)		ダイシモチ ごはん	厚揚げの肉みそかけ 小松菜のおかかあえ ふしめん汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん ふしめん	厚揚げ 鶏肉 みそ かつお節 なると 油揚げ	牛乳 ごまつな にんじん 葉ねぎ	しょうが もやし キャベツ たまねぎ	464 613 728
19 (水)		米粉パン	ウィンナーと野菜の 豆乳スープ煮 ごぼうサラダ	パン 米粉 じゃがいも マカロニ ソース	油 ドレッシング ごま 豚肉 ウィンナー 豆乳 豆乳クリーム	牛乳 ひじき にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ ごぼう きゅうり コーン	424 588 739
20 (木)		わかめ ごはん	さわらの梅照り焼き 海藻サラダ もずくスープ	米 砂糖 でんぷん	ドレッシング ごま 油 さわら ちくわ ベーコン	牛乳 わかめ しほ わかめ こんぶ のり もずく	しょうが うめ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ エリンギ	453 582 710
21 (金)		全粒粉パン	鶏肉のハーブ焼き 大豆サラダ ABCスープ いちごジャム	パン 全粒粉 砂糖 マカロニ ジャム	オリーブ油 油 鶏肉 大豆 ベーコン	牛乳 バジル パセリ にんじん ブロッコリー ごまつな	キャベツ きゅうり もやし たまねぎ エリンギ	444 586 744

日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名			kcal 年中 小4 中2	
				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)		
24 (月)		ごはん (委託)	マーボー豆腐 春雨サラダ 甘夏みかん 煮干し	米 砂糖 はるさめ	ごま油 ごま 豆腐 豚肉 みそ	牛乳 煮干し にんじん 葉ねぎ ごまつな	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ 干しいたけ キャベツ コーン 甘夏みかん	484 627 790
25 (火)		赤飯	花型ハンバーグの しょうがだれかけ セロリ エリンギ 野菜のゆず香あえ 湯葉入りすまし汁 お祝いクレープ	米 もち米 砂糖 でんぷん クレープ	ごま油 油 小豆 豆腐 ハンバーグ ゆば 桜型かまぼこ	牛乳 にんじん 葉ねぎ	しょうが きゅうり キャベツ たまねぎ だいこん	518 622 737
26 (水)		ダイシモチ ごはん	たちうおの和風あんかけ 茎わかめの炒め煮 春キャベツのみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん こんにゃく	油 ごま ごま油 たちうお てんぷら 油揚げ みそ	牛乳 茎わかめ にんじん 葉ねぎ	たけのこ ごぼう たまねぎ キャベツ	476 631 758
27 (木)		春野菜 カレーライス	元気サラダ ミニトマト	米 大麦 じゃがいも 砂糖	油 豚肉 豚しほ ハム かつお節	牛乳 こんぶ にんじん グリーンアスパラガス ミニトマト	たまねぎ エリンギ セロリ にんにく キャベツ きゅうり コーン	457 605 719
28 (金)		小型 ミルクパン	和風スバゲッティ じゃこの鉄骨サラダ 清見オレンジ	パン スバゲッティ 砂糖	オリーブ油 ごま油 ベーコン	牛乳 ひじき ちりめんじゃこ にんじん グリーンアスパラガス	たまねぎ 切り干し大根 エリンギ ごぼう にんにく コーン きゅうり オレンジ	463 580 733

※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、ごまつな、
ミニトマト、ブロッコリー、
葉ねぎ、香緑

善通寺市・琴平町・多度津町
学校給食センター
ホームページ



<https://zkt-kyushoku.jp/>

ご入園・ご入学、そしてご進級おめでとございます。
今年度もみなさんが元気に1年を過ごせるように安心、
安全でおいしい給食づくりに努めます。
よろしくお願いいたします。

