

令和6年 5月 学校給食献立表

普通寺市・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	年中	小4	年中	小4																	
1 (水)		ごはん (委託)	ちくわの新茶揚げ もやしのおえ ひじきと がんとどきの煮物 小夏	米	小麦粉	米粉	油	ごま	ちくわ	鶏肉	がんとどき	かつお節	煎茶	にんじん	しそ	さやいんげん	キャベツ	もやし	だけのこ	小夏	483					
																							635			
																								791		
2 (木)		ダイシモチ ごはん	さわらのみそだれかけ 野菜のからしあえ 若竹汁 かしわもち(小・中) 青りんごゼリー(幼のみ)	米	ダイシモチ	砂糖	でんぷん	ごま油	さわら	みそ	なると	豆腐	こまつな	にんじん	ブロッコリー	葉ねぎ	しょうが	キャベツ	コーン	だけのこ	たまねぎ	491				
																								617		
																									720	
7 (火)		山菜うどん	かぼちゃの鹿の子揚げ キャベツのごまあえ	うどん	砂糖	パン粉	油	ごま	油揚げ	豚肉			にんじん	葉ねぎ	かぼちゃ							494				
																								615		
																									731	
8 (水)		コッペパン	さばのボワレ アスパラガスのサラダ じゃがいもと野菜のスープ	パン	じゃがいも		ムニエル	油	ドレッシング	さば	ベーコン		グリーンアスパガス	にんじん	こまつな		キャベツ	コーン	たまねぎ	エリンギ	セロリ	432				
																								583		
																									699	
9 (木)		とりそばろ ごはん	そら豆の甘煮 もずくのみそ汁	米	大麦	砂糖	じゃがいも	油	鶏肉	高野豆腐	みそ		葉ねぎ	にんじん	こまつな		しょうが	たらまめ	たまねぎ			449				
																								588		
																									702	
10 (金)		ツナサンド	ミネストローネ いりこのナッツがらめ	パン	砂糖	マカロニ	油	ドレッシング	オリーブ油	アーモンド	ごま	まぐろ水煮	ベーコン	にんじん	トマト		たまねぎ	きゅうり	キャベツ	セロリ	エリンギ	にんにく	428			
																									593	
																										739
13 (月)		ごはん (委託)	すずきのねぎソースかけ きゅうりと たくあんのあえもの 豆腐のみそ汁	米	でんぷん	砂糖		油	ごま油	すずき	豆腐	油揚げ	みそ	葉ねぎ	にんじん		しょうが	きゅうり	たくあん	えのきだけ	たまねぎ	469				
																									588	
																										745
14 (火)		ダイシモチ ごはん	豚肉とごぼうのうま煮 キャベツの昆布あえ ミニトマト	米	ダイシモチ	ごんにゃく	砂糖	油		豚肉	てんぷら	油揚げ		にんじん	さやえんどう	ミニトマト	だけのこ	ごぼう	たまねぎ	きゅうり	キャベツ	450				
																								589		
																									707	
15 (水)		ごはん (委託)	グリーンピースのかき揚げ 野菜のおかかあえ ふしめん汁	米	じゃがいも	小麦粉	米粉	砂糖	ふしめん					にんじん	葉ねぎ		グリーンピース	コーン	たまねぎ	もやし	キャベツ	しめじ	456			
																									595	
																									756	
16 (木)		ナン	ビーフカレー 元気サラダ 美生柑	ナン	じゃがいも	砂糖		油		牛肉	豚肉	豚レバー	ハム	かつお節			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	美生柑	443	
																										580
17 (金)		黒糖パン	さげのハーブ焼き 大豆サラダ オニオンスープ	パン	黒糖	砂糖		オリーブ油	油	さげ	大豆	ベーコン		バジル	パセリ		キャベツ	たまねぎ	エリンギ					427		
																										583
20 (月)		ごはん (委託)	豆腐とうすら卵の中華煮 焼きビーフン 煮干し	米	砂糖	でんぷん	ビーフン	ごま油		豆腐	豚肉	うすら卵		にんじん	葉ねぎ	チンゲンサイ	たまねぎ	干ししいたけ	にんにく	しょうが	きくらげ	もやし	453			
																									590	
																										741
21 (火)		えんどう ごはん	鶏肉の照り焼き 切り干し大根の ハリハリ漬け たまねぎのみそ汁	米	砂糖	でんぷん				鶏肉	油揚げ	みそ		にんじん	葉ねぎ		グリーンピース	しょうが	切り干し大根	きゅうり	たまねぎ	もやし	456			
																									587	
																										715

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	年中	小4	年中	小4																				
22 (水)		コッペパン	あさりの 豆乳クリームスープ ごぼうサラダ いりことナッツの オリーブオイルがらめ	パン	じゃがいも	コーンスターチ	油	ドレッシング	ごま	アーモンド	オリーブ油	ウインナー	あさり	豆乳	豆乳クリーム	牛乳	ひじき	煮干し	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			
																												583	
																													728
23 (木)		ダイシモチ ごはん	さばの塩焼き キャベツのみそ炒め けんちん汁	米	ダイシモチ	砂糖	ごんにゃく	ごま油				さば	油揚げ	みそ	チヂミ	豆腐	牛乳		にんじん	ピーマン	葉ねぎ	キャベツ	もやし	たまねぎ	ごぼう	458			
																												586	
																													717
24 (金)		小型 コッペパン	ペペロンチーノ コールスローサラダ 揚げ抹茶ピーンズ	パン	スバグッティ	でんぷん	砂糖	オリーブ油	ドレッシング	油	まぐろ水煮	ベーコン	大豆	きな粉		牛乳	ちりめんじゃこ		グリーンアスパガス	にんじん	抹茶	たまねぎ	にんにく	キャベツ	コーン	481			
																												623	
																													787
27 (月)		あぶたま丼 幼のみ	焼きししゃも きゅうりと わかめの酢の物	米	砂糖	でんぷん								油揚げ	なると	卵	牛乳	ししゃも	わかめ	にんじん	葉ねぎ	エリンギ	たまねぎ	きゅうり		407			
																												592	
																													732
28 (火)		コーン ピラフ	フリカセ・デ・ポーヨ アスパラガスのソテー バナナ	米	じゃがいも		油			鶏肉	ベーコン		にんじん	さやえんどう	グリーンアスパガス	チンゲンサイ	牛乳		にんじん	チンゲンサイ	葉ねぎ	コーン	たまねぎ	エリンギ	にんにく	もやし	454		
																													600
																													702
29 (水)		ダイシモチ ごはん	たちうおの和風あんかけ 小松菜のアーモンドあえ すまし汁 甘夏ゼリー	米	ダイシモチ	砂糖	でんぷん	甘夏ゼリー	油	アーモンド		太刀魚粉付き	豆腐	牛乳			こまつな	にんじん	葉ねぎ	えのきだけ	キャベツ	コーン	たまねぎ	エリンギ	にんにく	キャベツ	497		
																													645
																													762
30 (木)		麦ごはん	厚揚げの コチュジャン風味 野菜の中華あえ 茎わかめのスープ	米	大麦	砂糖	でんぷん	ごま油	ごま油	油	厚揚げ	チヂミ	豆腐	ベーコン	牛乳	茎わかめ	にんじん	チンゲンサイ	葉ねぎ	きゅうり	もやし	エリンギ	だけのこ	たまねぎ	干ししいたけ	463			
																												606	
																													729
31 (金)		コッペパン	ハンバーグ にんじんサラダ グリーンポタージュ	パン	砂糖	じゃがいも		油				ハンバーグ	ベーコン	白いんげん豆	豆腐	豆乳	豆乳クリーム	牛乳	クリーム	にんじん		キャベツ	コーン	きゅうり	たまねぎ	エリンギ	グリーンピース	420	
																													587
																													700

※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。

☆普通寺市・琴平町・多度津町産食材

ダイシモチ、こまつな、そら豆、
にんにく、ブロッコリー、葉ねぎ、
ミニトマト

普通寺市・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/>