

# 令和6年 6月 学校給食献立表

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)			
3 (月)		ごはん (委託)	豚肉とたまねぎの和風炒め ミニトマト すいとん汁 煮干し	米 すいとん	油	豚肉 かつお節 油揚げ みそ	ミニトマト	たまねぎ	459
							にんじん	しょうが	595
							葉ねぎ	しょうが にんにく キャベツ	752
4 (火)		カルシウム まぜごはん	かぼちゃの鹿の子揚げ キャベツのおかかあえ 高野豆腐の含め煮	米 ダイシモチ パン粉 砂糖	ごま 油	大豆 かつお節 高野豆腐	にんじん	もやし	478
							こまつな	キャベツ	615
							かぼちゃ	コーン	726
5 (水)		黒糖パン 幼のみ	ポークビーンズ かみかみサラダ すもも	パン 黒糖 じゃがいも 砂糖	油 ごま	大豆 豚肉	にんじん	たまねぎ	441
							パセリ	ごぼう	603
							キャベツ	すもも	749
6 (木)		麦ごはん	さばの梅照り焼き きゅうりと たくあんのごまあえ たまねぎのみそ汁	米 大麦 砂糖 でんぷん	ごま	さば 油揚げ みそ	しょうが	うめ	465
							キャベツ	きゅうり	594
							たくあん	なす	730
7 (金)		小型 コッペパン	夏野菜入り ソーススパゲッティ ゆでとうもろこし フルーツミックス	パン スパゲッティ ゼリー	油	豚肉 ちくわ かつお節	キャベツ	なす	512
							にんじん	にんにく	650
							ピーマン	とうもろこし	820
10 (月)		ごはん (委託)	豆腐とうすら卵の中華煮 パンサンスー いりこの天ぷら	米 砂糖 でんぷん はるさめ 小麦粉 米粉	ごま油 ごま油	豆腐 豚肉 うすら卵 ハム	にんじん	たまねぎ	490
							チンゲンサイ	干しいたけ	642
							葉ねぎ	にんにく	815
11 (火)		ガーリック ライス	ハーベキュードチキン にんじんサラダ コーンスープ	米 砂糖 じゃがいも コーンスターチ	オリーブ油	鶏肉 白いんげん豆 豆乳	にんにく	たまねぎ	452
							キャベツ	たまねぎ	583
							コーン	キャベツ	708
12 (水)		豚肉の あんかけ丼 (委託) 幼のみ	はもとコーンの しんじょう揚げ 切り干し大根のあえ物	米 砂糖 小麦 米粉 パン粉 でんぷん	油	豚肉 高野豆腐	にんじん	たまねぎ	478
							葉ねぎ	しょうが	649
							こまつな	にんにく	804
13 (木)		ハバーダ	キャベツとパインのサラダ キウイフルーツ	米 じゃがいも	油	豚肉	ピーマン	たまねぎ	445
							にんじん	にんにく	575
							トマト	キャベツ	685
14 (金)		コッペパン	さけのチーズ焼き マカロニサラダ ジュリアンスープ いちごジャム	パン マカロニ 砂糖 ジャム	オリーブ油 ドレッシング 油	さけ ベーコン	バジル	コーン	450
							こまつな	きゅうり	596
							にんじん	もやし	716
17 (月)		ごはん (委託)	厚揚げの肉みそかけ 野菜のちりめんあえ お麩とわかめのすまし汁 びわ	米 砂糖 でんぷん ふ	油	厚揚げ 鶏肉 みそ 油揚げ なると	こまつな	しょうが	485
							にんじん	キャベツ	632
							葉ねぎ	もやし	808
18 (火)		こんびっぴ あんかけ うどん	きすの青しそ揚げ 野菜のすだちあえ	うどん 小麦粉 米粉 砂糖	油	ベーコン かつお節 きす	オクラ	たまねぎ	465
							にんじん	コーン	582
							しそ	にんにく	715
19 (水)		コッペパン	鶏肉とチンゲンサイの クリーム煮 キャベツとコーンのソテー 炒りナッツ(小・中)	パン マカロニ じゃがいも コーンスターチ	油 アーモンド カシューナッツ	鶏肉 豆乳 クリーム ベーコン	にんじん	たまねぎ	400
							チンゲンサイ	しょうが	596
							キャベツ	キャベツ	743

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)			
20 (木)		ごはん	鶏肉のから揚げ 元氣サラダ もずくスープ メロン	米 でんぷん 小麦粉 砂糖	油	鶏肉 ハム かつお節 ベーコン	にんじん	しょうが	487
							チンゲンサイ	きゅうり	630
							葉ねぎ	コーン	748
21 (金)		カレー サンド	野菜のポトフ いりごとナッツの オリーブオイルがらめ	パン 砂糖 小麦粉 じゃがいも	油 アーモンド オリーブ油	豚肉 大豆 豚レバー ウィンナー	にんじん	たまねぎ	422
							キャベツ	コーン	583
							セロリ	しょうが	725
24 (月)		ごはん (委託)	手作りハンバーグ キャベツのからしごまあえ 湯葉入りすまし汁	米 パン粉	ドレッシング 油 ごま	牛肉 豚肉 ゆば 豆腐 なると	にんじん	たまねぎ	468
							キャベツ	きゅうり	610
							すもも	えのきたけ	767
25 (火)		ダイシモチ ごはん	小あじの三杯 ミニトマト 大師汁	米 ダイシモチ でんぷん 砂糖 じゃがいも	油	豆腐 大豆 油揚げ みそ	葉ねぎ	切り干し大根	450
							にんじん	たまねぎ	591
							ミニトマト	たまねぎ	702
26 (水)		ダイシモチ ごはん	厚揚げと じゃがいものそぼろ煮 もやしのしそあえ 半夏のだんご(小・中)	米 ダイシモチ じゃがいも こんにゃく 砂糖 でんぷん 白玉だんご	油	豚肉 厚揚げ てんぷら 小豆	にんじん	たまねぎ	432
							葉ねぎ	キャベツ	665
							しそ	もやし	793
27 (木)		パエリア	オムレツ 小松菜と枝豆の タルタルサラダ ソバ・デ・アホ	米 砂糖 ふ	油 ドレッシング オリーブ油	あさり いか オムレツ 油揚げ ウィンナー	赤ピーマン	たまねぎ	478
							こまつな	えだまめ	604
							にんじん	キャベツ	724
28 (金)		コッペパン	さばのポワレ ひじきとチーズのマリネ オニオンスープ ブルーソール	パン 砂糖	EIOオイル 油 オリーブ油	さば ベーコン	グリーンパプリカ	コーン	439
							にんじん	たまねぎ	586
							こまつな	ブルーソール	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。

☆善通寺市・琴平町・多度津町産食材

ダイシモチ、こまつな、  
葉ねぎ、にんにく  
ミニトマト

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/>