

令和6年 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)		
1 (月)	牛乳	六子ごはん 幼のみ	オクラとコーンのかき揚げ 野菜のしそあえ なすのみそ汁 みかんゼリー	米 砂糖 じゃがいも 小麦粉 米粉 ゼリー	油	あなご 高野豆腐 ちくわ 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	にんじん オクラ しそ 葉ねぎ	コーン たまねぎ きゅうり もやし なす	517
										662
										827
2 (火)	牛乳	ダイシモチ ごはん	焼き豆腐の中華煮 春雨サラダ 煮干し	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん はるさめ	ごま油 ごま	焼き豆腐 鶏肉	牛乳 煮干し	葉ねぎ にんじん	たまねぎ だけのこ 干しいたけ しょうが にんにく きゅうり キャベツ コーン	462
										605
										725
3 (水)	牛乳	夏野菜 カレー ライス	ゴーヤとツナのソテー ミニトマト	米 じゃがいも	油 ドレッシング	豚肉 豚しほ まぐろ水煮	牛乳	にんじん かぼちゃ トマト ミニトマト	にんにく たまねぎ エリンギ セロリ なす ゴーヤ	449
										587
										744
4 (木)	牛乳	ダイシモチ ごはん	はもの梅肉だれかけ きゅうりと オクラのおかかあえ なす入りふしめん汁 七タクレープ	米 ダイシモチ 砂糖 ふしめん でんぷん クレープ	油	はものからあげ かつお節 かまぼこ 油揚げ	牛乳	オクラ にんじん 葉ねぎ	うめ りんご きゅうり もやし なす たまねぎ	524
										654
										764
5 (金)	牛乳	ミルクパン	鶏肉のハーブ焼き 大豆サラダ モロヘイヤのコンソメスープ	パン 砂糖	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 モロヘイヤ	キャベツ きゅうり たまねぎ エリンギ もやし	431
										580
										743
8 (月)	牛乳	ごはん (委託)	なすと厚揚げのみそ煮 もやしの甘酢あえ 冷凍みかん	米 砂糖 でんぷん	ごま油 ごま	豚肉 厚揚げ てんぷら みそ	牛乳	葉ねぎ にんじん こまつな	なす にんにく しょうが だけのこ たまねぎ もやし きゅうり みかん	482
										611
										766
9 (火)	牛乳	ガーリック ライス	バサのカレー揚げ ラタトゥイユ じゃがいもと野菜のスープ	米 でんぷん 小麦粉 じゃがいも マカロニ	オリーブ油 油	バサ ベーコン	牛乳	にんじん パセリ ピーマン トマト こまつな	にんにく たまねぎ なす スッキーニ エリンギ セロリ	453
										594
										708
10 (水)	牛乳	小型 コッペパン	ボンゴレ・ピアンコ (あさりのスパゲッティ) キャベツとチーズのサラダ いりごとナッツの オリーブオイルがらめ	パン スパゲッティ 砂糖	オリーブ油 アーモンド	あさり ベーコン	牛乳 チーズ 煮干し	こまつな にんじん	たまねぎ にんにく きゅうり キャベツ	451
										580
										733
11 (木)	牛乳	たこめし	厚揚げのしょうがだれかけ 切り干し大根の酢の物 夏野菜のみそ汁	米 大麦 こんにゃく 砂糖 でんぷん	油	たこ 厚揚げ みそ	牛乳	にんじん こまつな かぼちゃ オクラ	ごぼう 干しいたけ えだまめ しょうが 切り干し大根 たまねぎ なす	457
										608
										740
12 (金)	牛乳	コッペパン	さけのオーロラソースかけ キャロットラペ (千切りにんじんのサラダ) グリーンポタージュ	パン 砂糖 じゃがいも	ドレッシング オリーブ油	さけ ベーコン 白いんげん豆 豆乳 豆乳クリーム	牛乳 クリーム	にんじん パセリ	にんにく たまねぎ エリンギ グリーンピース	428
										581
										732
16 (火)	牛乳	わかめ うどん	ちくわの青じそ揚げ モロヘイヤのごま酢あえ	うどん 小麦粉 米粉 砂糖	油 ごま	豚肉 ちくわ	わかめ 牛乳	葉ねぎ しそ モロヘイヤ にんじん	干しいたけ たまねぎ キャベツ もやし	460
										595
										704

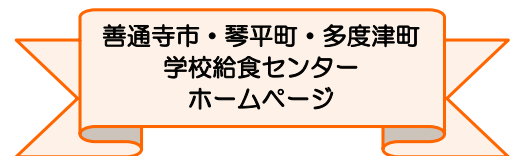
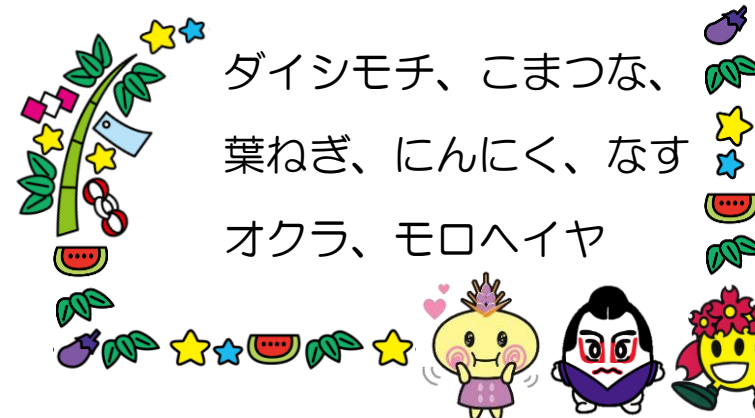
日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名					kcal	
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)		おもに体をつくるもとになる食品(赤)		おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)		
17 (水)	牛乳	あぶたま丼 幼のみ	焼きししゃも 小松菜とたくあんのあえもの	米 砂糖 でんぷん		油揚げ なると 卵	牛乳 ししゃも	にんじん 葉ねぎ こまつな	エリンギ たまねぎ きゅうり たくあん	437
										582
										722
18 (木)	牛乳	コーン ピラフ	豆腐ハンバーグ 元気サラダ ABCスープ 冷凍パイ	米 砂糖 じゃがいも マカロニ	油	豆腐ハン-グ ハム かつお節	牛乳 こんぶ	にんじん	コーン たまねぎ キャベツ きゅうり エリンギ パイ	468
										581
										700
19 (金)	牛乳	コッペパン	手作りコロッケ コールスローサラダ ミネストローネ	パン じゃがいも 小麦粉 パン粉	ドレッシング 油 オリーブ油	牛肉 豚肉 ベーコン 白いんげん豆	牛乳	にんじん こまつな トマト	たまねぎ キャベツ コーン セロリ エリンギ にんにく	469
										809

※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



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

ブログ更新中!!



オリンピック献立や学校での活動を紹介します。ぜひ見に来てください。

