

# 令和6年 9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)				
2 (月)		あぶたま丼 幼のみ	焼きししゃも 野菜のからしごまあえ	米 砂糖 でんぷん	油 ごま	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 キャベツ もやし	415
				603	749					
3 (火)		さつまいも ごはん	豚肉とたまねぎの和風炒め ミニトマト 豆腐とわかめのすまし汁	米 さつまいも	油	豚肉 かつお節 豆腐 油揚げ なると	牛乳 わかめ	ミニトマト 葉ねぎ	たまねぎ しめじ しょうが にんにく	450
				590	702					
4 (水)		ごはん (委託)	鶏肉とごぼうのうま煮 モロヘイヤのごまあえ のり味いりこ	米 こんにゃく 砂糖	油 ごま	鶏肉 てんぷら 油揚げ	牛乳 煮干し あおのり	にんじん さやいんげん モロヘイヤ	ただのこ ごぼう たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	450
				588	743					
5 (木)		ジャージャー 種 (肉みそ 混ぜそば)	焼きぎょうざ もやしの甘酢あえ	中華めん 砂糖 でんぷん	ごま油 ごま	豚肉 みそ ジャコ ぎょうざ	牛乳	にんじん 葉ねぎ こまつな	たまねぎ ただのこ 干しいたけ しょうが にんにく もやし きゅうり	523
				650	771					
6 (金)		ツナサンド	ミネストローネ オレンジ	パン 砂糖 マカロニ	油 ドレッシング オリーブ油	まぐろ水煮 白いんげん豆 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ 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 オレンジ	430
				580	719					
9 (月)		ごはん (委託)	厚揚げのねぎソースかけ ピーマンのちりめん炒め 冬瓜とつみれのスープ	米 砂糖 でんぷん	ごま油 ごま 油	厚揚げ つみれ	牛乳 ちりめんじゃこ	葉ねぎ ピーマン にんじん こまつな	しょうが キャベツ とうがん たまねぎ	453
				593	745					
10 (火)		チキン ピリヤニ (鶏肉のせ カレーピラフ)	キャベツと しめじのトレーン 豆のスープ	米 じゃがいも	油	鶏肉 ウインナー ひよこ豆 レッドポ チニ 青えんどう	ヨーグルト 牛乳	にんじん ピーマン 赤ピーマン こまつな	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ しめじ もやし	452
				583	708					
11 (水)		コッペパン (善のみ) 揚げパン (琴・多) 幼のみ	ウインナーと 野菜のスープ煮 ごぼうサラダ 大豆チョコバター(善のみ)	パン 砂糖 じゃがいも	油 ドレッシング ごま 大豆チョコバ	ウインナー 豚肉	牛乳 ひじき	チンゲンサイ 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	453
				605	705					
12 (木)		萩ごはん	さばの七味焼き 野菜のゆず香あえ ふしめん汁 ぶどう	米 ダイシモチ 砂糖 ふしめん	ごま	小豆 さば 油揚げ なると みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	えだまめ しょうが きゅうり キャベツ コーン たまねぎ ぶどう	477
				608	700					
13 (金)		コッペパン	あさりの 豆乳クリームスープ かぼちゃのサラダ 小煮干しのレモン酢あえ	パン コーンチ じゃがいも 砂糖	油 ドレッシング	ウインナー あさり 豆乳 豆乳クリーム	牛乳 煮干し	にんじん パセリ かぼちゃ	キャベツ たまねぎ きゅうり	426
				585	730					
17 (火)		とうもろこし ごはん	十五夜ハンバーグ さといものほくほく炒め 湯葉入りすまし汁 お月見デザート(小・中) お月見ゼリー(幼のみ)	米 さといも だいふく ゼリー	油	ハンバーグ ゆば	牛乳 ちりめんじゃこ	にんじん 葉ねぎ	コーン えだまめ たまねぎ だいこん	470
				641	765					
18 (水)		ごはん (委託)	ゴーヤのかき揚げ 切り干し大根の酢の物 かきたま汁	米 さつまいも 小麦粉 米粉 砂糖 でんぷん	ごま 油	ちくわ 卵 豆腐 なると	牛乳 煮干し	にんじん こまつな 葉ねぎ	ゴーヤ コーン たまねぎ 切り干し大根	455
				590	751					
19 (木)		ダイシモチ ごはん	さんまのおろしだけかけ 小松菜のおかかあえ さつまいも入りみそ汁	米 ダイシモチ でんぷん 砂糖 さつまいも こんにゃく		さんま かつお節 油揚げ みそ	牛乳	こまつな にんじん 葉ねぎ	しょうが だいこん もやし たまねぎ	456
				642	732					

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 (金)		小型 コッペパン	なす入りミートスパグッティ 枝豆の塩ゆで フルーツミックス	パン スパグッティ ゼリー	オリーブ油	豚肉 豚しばり	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン トマト	なす たまねぎ エリンギ えだまめ みかん もも パイナップル	476
				614	774					
24 (火)		栗ごはん	鶏肉のから揚げ 野菜のしそあえ なめこのみそ汁 スイートポテト(小・中)	米 でんぷん 小麦粉 スイートポテト	くり 油	鶏肉 豆腐 みそ	牛乳	しそ にんじん 葉ねぎ	しょうが きゅうり キャベツ もやし なめこ たまねぎ	433
				640	751					
25 (水)		コッペパン	豚肉と じゃがいものコンソメ煮 キャベツとコーンのソテー ココアピーンズ(小・中) さつまいもチップス(幼のみ)	パン じゃがいも ベーコン 大豆	油	豚肉 ウインナー ベーコン 大豆	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ にんにく キャベツ コーン エリンギ	413
				580	719					
26 (木)		豆腐入り ドライ カレーライス	海藻サラダ なし	米 大麦 砂糖	油 ドレッシング ごま	豆腐 豚肉 豚しばり ちくわ	牛乳 わかめ きんぴら ごぼう のり	にんじん こまつな	にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ コーン なし	469
				621	741					
27 (金)		コッペパン	パサのフライ 元氣サラダ ズッキーニのトマトスープ	パン でんぷん 小麦粉 砂糖 じゃがいも	油 オリーブ油	パサ ハム かつお節 ベーコン 白いんげん豆	牛乳 ごんぶ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ ズッキーニ	429
				596	742					
30 (月)		ごはん (委託)	豚肉のしょうが焼き オクラの昆布あえ すいとん汁	米 砂糖 でんぷん すいとん		豚肉 みそ	牛乳 塩ごんぶ	オクラ にんじん 葉ねぎ	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ	462
				620	752					

※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、オクラ、葉ねぎ、  
こまつな、なす、モロヘイヤ、  
にんにく

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/>

ブログ更新中!!

オリンピック献立の内容は  
毎月更新しています。