

令和6年 11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 (金)		セルフスラッピー・ジョー	キャベツとパインのサラダ グリーンポターージュ	パン 小麦粉 じゃがいも	油	豚肉 大豆	たまねぎ	426
						ベーコン	にんにく	590
						白いんげん豆 豆乳 豆乳クリーム	キャベツ きゅうり パイン エリンギ グリーンピース	732
5 (火)		豚肉のあんかけ丼 幼のみ	かみかみ天ぷら きゅうりと たくあんのごまあえ	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん 小麦粉 米粉	油 ごま	豚肉	たまねぎ	513
						高野豆腐	しょうが	681
						大豆 ちくわ	にんにく 葉ねぎ	823
6 (水)		小型 コッペパン	スパゲッティボンゴレ アーモンドサラダ りんご	パン スパゲッティ 砂糖	オリーブ油 アーモンド 油	あさり	たまねぎ	452
						ベーコン	エリンギ	590
						牛乳 チーズ	にんにく パセリ トマト こまつな	742
7 (木)		ダイシモチ ごはん	はまちの照り焼き 小松菜のおひたし 大根のそぼろ煮	米 ダイシモチ でんぷん 砂糖	油	はまち	しょうが	504
						かつお節 鶏肉 厚揚げ	もやし キャベツ だいこん	649
						牛乳	こまつな にんじん 葉ねぎ	753
8 (金)		コッペパン	栗のみそシチュー にんじんサラダ さつまいもチップス	パン さといも ジャガイモ 砂糖 さつまいも	くり 油	鶏肉	たまねぎ	440
						豆乳 みそ	しめじ キャベツ コーン きゅうり	599
						牛乳	にんじん 葉ねぎ	752
11 (月)		ごはん (委託)	いもたご 野菜の昆布あえ みかん	米 さといも こんにゃく 砂糖	油	たご	だいこん	447
						油揚げ	きゅうり キャベツ みかん	600
						牛乳 塩こんぶ	にんじん さやいんげん	739
12 (火)		ダイシモチ ごはん	さばの竜田揚げ 切り干し大根の酢の物 豆腐とわかめのすまし汁	米 ダイシモチ でんぷん 小麦粉 砂糖	油	さば	しょうが	493
						豆腐 なると	切り干し大根 えのきだけ たまねぎ	638
						牛乳 わかめ	にんじん こまつな 葉ねぎ	738
13 (水)		ごはん (委託)	なすと厚揚げのみそ煮 もやしの甘酢あえ いりこのナッツがらめ	米 砂糖 でんぷん	ごま油 ごま アーモンド	豚肉	なす	470
						厚揚げ てんぷら みそ	にんにく しょうが だれのこ たまねぎ もやし きゅうり	650
						牛乳 煮干し	葉ねぎ にんじん こまつな	814
14 (木)		根菜 カレー ライス	元氣サラダ さぬきゴールド	米 ダイシモチ さといも 砂糖	油	豚肉	にんにく	486
						豚しほ 大豆 かつお節	たまねぎ だいこん ごぼう キャベツ きゅうり コーン キウイフルーツ	643
						牛乳 こんぶ	にんじん	764
15 (金)		コッペパン	さけのチーズ焼き ブロッコリーの ごまドレッシングあえ じゃがいもと野菜のスープ	パン 砂糖 じゃがいも	オリーブ油 ごま ごま油 油	さけ	キャベツ	409
						ハム ベーコン	たまねぎ エリンギ セロリ	592
						牛乳 チーズ	パセリ ブロッコリー にんじん こまつな	737
18 (月)		ピピンパ	トック入りわかめスープ ミニトマト	米 砂糖 トック	油 ごま油 ごま	牛肉	しょうが	438
						豚肉 コチュジャン 豆腐 ベーコン	にんにく にんじん 葉ねぎ ミニトマト	600
						牛乳 わかめ	たまねぎ 干しいたけ きゅうり キャベツ コーン	752
19 (火)		しっぽく うどん	かぼちゃの鹿の子揚げ ツナと野菜のからしごまあえ	うどん さといも パン粉	油 ごま油 ごま	豚肉	ごぼう	482
						油揚げ まぐろ水煮	だいこん たまねぎ 干しいたけ きゅうり キャベツ コーン	604
						牛乳	にんじん 葉ねぎ かぼちゃ	730
20 (水)		コッペパン 幼のみ	チリコンカーン 白菜のマリネ 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 砂糖	油 アーモンド オリーブ油	牛肉	にんにく	430
						豚肉 豚しほ 金時豆	たまねぎ はくさい きゅうり だいこん	590
						牛乳 煮干し	にんじん パセリ	737

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)		
21 (木)		ダイシモチ ごはん	さばの南部焼き 野菜のしそあえ 大根のみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん	ごま	さば	しょうが	464
						豆腐 油揚げ みそ	はくさい もやし だいこん たまねぎ	595
						牛乳	こまつな にんじん 葉ねぎ	730
22 (金)		コッペパン	ハンバーグ マカロニサラダ ジュリアンスープ	パン マカロニ 砂糖	ドレッシング 油	ハンバーグ	キャベツ	409
						ベーコン	コーン きゅうり もやし たまねぎ セロリ	609
						牛乳	こまつな にんじん	730
25 (月)		ごはん (委託)	ちぬ団子入り煮込みおでん 野菜のごま酢あえ 煮干し さぬきキウイっこ	米 こんにゃく じゃがいも 砂糖	油 ごま	鶏肉	だいこん	465
						うすら卵 みそ ちぬ団子	しょうが きゅうり もやし キウイフルーツ	627
						牛乳 こんぶ 煮干し	にんじん こまつな	780
26 (火)		秋の香り ごはん	ししゃもの磯辺揚げ 小松菜のずだちあえ 湯葉入りすまし汁	米 ダイシモチ さつまいも 砂糖 小麦粉 米粉	油	油揚げ	ごぼう	463
						豆腐 なると	えだまめ 干しいたけ もやし キャベツ たまねぎ えのきだけ	629
						牛乳 ししゃも あおのり	にんじん こまつな 葉ねぎ	739
27 (水)		ガーリック ライス	サンコーチョ (鶏肉と野菜のスープ煮) エンサラダ ヴェルデ (グリーンサラダ) バナナ	米 さといも じゃがいも 砂糖	オリーブ油 油	鶏肉	にんにく	472
						牛乳	たまねぎ コーン セロリ キャベツ きゅうり えだまめ バナナ	622
						にんじん パセリ トマト こまつな	730	
28 (木)		ダイシモチ ごはん	鶏肉の照り焼き 菜花のおかかあえ けんちん汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん	油	鶏肉	しょうが	463
						かつお節 豆腐 油揚げ	キャベツ はくさい たまねぎ ごぼう	597
						牛乳	葉花 にんじん 葉ねぎ	730
29 (金)		ミルクパン	さけの マーマレードソースかけ 春雨サラダ 小松菜と大根のスープ 豆乳プリンタルト(小・中) 豆乳プリン(幼のみ)	パン マーマレード ジャガイモ はるさめ 砂糖 タルト プリン	ごま油 油	さけ	きゅうり	464
						豚肉	キャベツ たまねぎ エリンギ だいこん しょうが	620
						牛乳	にんじん こまつな	741

※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、ミニトマト

葉ねぎ、菜花、ブロッコリー

さつまいも、さぬきキウイっこ

さぬきゴールド

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/>