

令和6年 12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 年中 小4 中2	
				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)		ごはん (委託)	鶏肉とごぼうのうま煮 野菜のしそあえ りんご 煮干し	米 こんにゃく 砂糖	鶏肉 油揚げ 牛乳 こんにゃく 煮干し	にんじん しそ たけのこ ごぼう たまねぎ えだまめ きゅうり キャベツ もやしりんご	432 598 739	
3 (火)		ダイシモチ ごはん	さばのみそだれかけ キャベツのからしあえ 大根の雪花	米 ダイシモチ 砂糖	さば みそ 豆腐 てんぷら 油揚げ	牛乳 しょうが キャベツ コーン だいこん	510 639 748	
4 (水)		とりそぼろ ごはん 幼のみ	かぼちゃの鹿の子揚げ 野菜のおかかあえ ゆずと菜花のすまし汁	米 砂糖 パン粉	鶏肉 高野豆腐 かつお節	牛乳 しょうが もやし きゅうり たまねぎ コーン サニーレタス 菜花 たけのこ 干しいだけ だいこん ゆず	507 676 841	
5 (木)		冬野菜 カレーライス	海藻サラダ さぬきキウイっこ	米 ダイシモチ じゃがいも	油 トレッサグ ごま	豚肉 わかめ きゅうり にんじん こんにゃく のり	にんじん だいこん たまねぎ れんこん にんにく キャベツ きゅうり コーン キウイフルーツ	470 618 734
6 (金)		黒糖パン	鶏肉のガーリック焼き ブロッコリーの ごまドレッシングあえ ミネストローネ	パン 黒糖 砂糖 マカロニ	ごま ごま油 オリーブ油	鶏肉 ベーコン 牛乳 ブロッコリー にんじん トマト	にんにく コーン もやし たまねぎ キャベツ セロリ エリンギ	435 592 751
9 (月)		ごはん (委託)	すき焼き風煮 きゅうりとわかめの酢の物 みかん	米 こんにゃく 砂糖	油	牛肉 豚肉 焼き豆腐 牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ しゅんぎく だいこん はくさい 干しいだけ もやし きゅうり みかん	444 600 740
10 (火)		麦ごはん	さわらの梅照り焼き ほうれんそうの アーモンドあえ なめこのみそ汁	米 大麦 砂糖 でんぷん	アーモンド	さわら 油揚げ みそ 牛乳	ほうれんそう にんじん 葉ねぎ しょうが うめ もやし キャベツ コーン だいこん なめこ たまねぎ	477 593 749
11 (水)		コッペパン	レタスのクリームシチュー ごぼうサラダ きなこビーンズ(小・中)	パン じゃがいも 小麦粉 砂糖	バター 油 トレッサグ ごま	鶏肉 ウィンナー あさり 豆乳 豆腐クリーム 大豆 きな粉	牛乳 たまねぎ レタス ごぼう きゅうり コーン	401 608 747
12 (木)		みそラーメン	焼きしゅうまい 食べて菜の中華あえ	中華めん 砂糖	ごま油 ごま	豚肉 みそ しゅうまい ハム 牛乳	葉ねぎ にんじん 食べて菜 ごまつな にんにく しょうが コーン たけのこ はくさい もやし きゅうり	480 595 735
13 (金)		コッペパン	メンチカツ ポテトサラダ ピコス風スープ (キャベツの塩漬け入り トマトスープ)	パン じゃがいも 砂糖	油 トレッサグ オリーブ油	メンチカツ 鶏肉 ウィンナー 牛乳	にんじん パセリ トマト きゅうり たまねぎ キャベツ ソークラウト セロリ エリンギ にんにく	506 642 782
16 (月)		深川風 卵とじ丼 幼のみ	焼きししゃも 菜花の昆布あえ	米 砂糖 でんぷん		あさり 卵 油揚げ なると 牛乳 ししゃも 塩こんぶ	にんじん 葉ねぎ 菜花 たまねぎ キャベツ	440 617 761

日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名			kcal 年中 小4 中2	
				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 (火)		コーンピラフ 幼のみ	もみの木ハンバーグ 紫白菜のサラダ かぶのポトフ プチケーキ	米 じゃがいも ケーキ	油 トレッサグ	ハンバーグ ウィンナー 牛乳	にんじん パセリ コーン たまねぎ はくさい きゅうり キャベツ かぶ エリンギ	540 642 769
18 (水)		ごはん (委託)	厚揚げの野菜あんかけ きゅうり きゅうり ふしめん汁 香緑	米 砂糖 でんぷん こんにゃく ふしめん	油 ごま ごま油	厚揚げ てんぷら 牛乳 きゅうり わかめ	にんじん 葉ねぎ もやし たけのこ ごぼう たまねぎ だいこん しめじ キウイフルーツ	461 632 785
19 (木)		ごはん	わかさぎの ゆずおろしだれかけ 小松菜と金時人参のあえもの 白菜のみそ汁 味付けのり	米 でんぷん	油	油揚げ みそ 牛乳 わかさぎ のり	ごまつな 金時にんじん にんじん 葉ねぎ だいこん きゅうり もやし コーン はくさい たまねぎ えのきだけ	469 615 734
20 (金)		コッペパン	ポルシチ 野菜とピクルスのサラダ いりごとナッツの オリーブオイルがらめ	パン じゃがいも 砂糖	油 トレッサグ アーモンド オリーブ油	牛肉 豚肉 豆腐クリーム 牛乳 クリーム 煮干し	にんじん ごまつな パセリ たまねぎ キャベツ かぶ セロリ ピーツ コーン ピクルス	441 610 760
23 (月)		ごはん (委託)	焼き豆腐のみそそぼろ煮 まんぼのごま酢あえ ミニトマト	米 砂糖	油 ごま ごま油	焼き豆腐 鶏肉 みそ 牛乳	にんじん 葉ねぎ まんぼ ミニトマト にんにく しょうが キャベツ もやし	452 617 778
24 (火)		ガーリック ライス	じゃがいものチーズ焼き 大豆サラダ 白菜のスープ	米 じゃがいも 砂糖 マカロニ	オリーブ油 トレッサグ 油	ベーコン 大豆 ウィンナー 牛乳 チーズ	にんじん パセリ ごまつな たまねぎ にんにく きゅうり はくさい エリンギ	474 746

※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、ごまつな、ミニトマト、
サニーレタス、葉ねぎ、キャベツ、
ブロッコリー、菜花、紫白菜、香緑、
さぬきキウイっこ

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/>

