

令和7年 2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 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)				
3 (月)		深川風 卵とじ丼 幼のみ	切り干し大根の酢の物 きんかん	米 砂糖 でんぶん	ごま	あさり 卵 油揚げ なると	牛乳	にんじん 葉ねぎ こまつな	たまねぎ 切り干し大根 きんかん	436
				590	739	494				
				657	783					
4 (火)		ダイシモチ ごはん	厚揚げの肉みそかけ ブロッコリーと コーンのあえもの だんご汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん 白玉もち	油	厚揚げ 鶏肉 みそ	牛乳	ブロッコリー にんじん 葉ねぎ	しょうが キャベツ コーン たまねぎ だいこん	494
				657	783	489				
				659	772					
5 (水)		きなこ 揚げパン 【善】 コッペパン 【琴・多】	鶏肉と大豆のトマト煮 ツナサラダ 黒豆きなこクリーム 【琴・多】	パン じゃがいも 砂糖	油 黒豆きなこ クリーム	きな粉 鶏肉 大豆 まぐろ水煮	牛乳	にんじん トマト パセリ こまつな	にんにく たまねぎ きゅうり コーン	489
				659	772	468				
				659	772					
6 (木)		麦ごはん	さばのしょうがだれかけ 白菜と水菜のごまサラダ かぶのみそ汁 味付けのり	米 大麦 砂糖 でんぶん	ごま油	さば みそ	牛乳 のり	みずな にんじん 葉ねぎ	しょうが はくさい かぶ たまねぎ しめじ	501
				610	731	613				
				731	613					
7 (金)		小型 コッペパン	菜花入りソーススパゲッティ かみかみサラダ ぼんかん	パン スパゲッティ 砂糖	油 ごま	豚肉 ちくわ かつお節	牛乳 あおのり きわかめ ちりめんじゃこ	にんじん 菜花	キャベツ しめじ たまねぎ にんにく ごぼう きゅうり ぼんかん	484
				613	762	613				
				762	613					
10 (月)		ごはん (委託) 幼のみ	マーボー豆腐 パンサンデー 煮干し ミニトマト	米 砂糖 はるさめ	ごま油	豆腐 豚肉 みそ ハム	牛乳 煮干し	にんじん 葉ねぎ ミニトマト	にんにく しょうが たまねぎ だれのこ 干しいたけ きゅうり キャベツ	464
				633	791	633				
				791	633					
12 (水)		ごはん (委託) 幼のみ	手作りハンバーグ アーモンドサラダ ジュリアンスープ	米 パン粉 砂糖	ドレッシング アーモンド 油	牛肉 豚肉 ベーコン	牛乳	にんじん こまつな パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン もやし エリンギ	461
				632	792	632				
				792	632					
13 (木)		チキン カレー ライス	ブロッコリーの ごまドレッシングあえ 香緑	米 ダイシモチ じゃがいも 砂糖	油 ごま ごま油	鶏肉 ハム	牛乳	にんじん ブロッコリー	にんにく たまねぎ だまめ キャベツ キウイフルーツ	475
				620	740	620				
				740	620					
14 (金)		コッペパン	さけのハーブ焼き かぼちゃのサラダ 卵とレタスのスープ パイン(幼のみ)	パン じゃがいも 砂糖 でんぶん	オリーブ油 ドレッシング 油	さけ 卵 ベーコン	牛乳	パイン パセリ かぼちゃ にんじん	きゅうり レタス エリンギ たまねぎ パイン	443
				608	734	608				
				734	608					
17 (月)		とりそぼろ ごはん 幼のみ	大根のつばい風 お麩とわかめのすまし汁 スイートスプリング	米 砂糖 ふ	油	鶏肉 みそ 高野豆腐 てんぷら 油揚げ なると	牛乳 わかめ	さやいんげん にんじん 葉ねぎ	しょうが だいこん たまねぎ スイートスプリング	484
				666	827	666				
				827	666					
18 (火)		ダイシモチ ごはん	豚肉のしょうが焼き ほうれん草のおかかあえ ふしめん汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん ふしめん		豚肉 かつお節 なると 油揚げ	牛乳	ほうれん草 にんじん 葉ねぎ	しょうが もやし たまねぎ	443
				596	731	596				
				731	596					

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)				
19 (水)		きなこ 揚げパン 【琴・多】 コッペパン 【善】	鶏肉とチンゲンサイの クリーム煮 元気サラダ 黒豆きなこクリーム 【善】	パン マカロニ じゃがいも ソース 砂糖	油 黒豆きなこ クリーム	きな粉 鶏肉 豆腐 豆乳クリーム ハム かつお節	牛乳 クリーム チーズ こんぶ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり コーン	499
				671	785	671				
				785	671					
20 (木)		ダイシモチ 入り茶めし	豚肉とごぼうのうま煮 野菜のちりめんあえ いよかん	米 ダイシモチ こんにやく 砂糖	油	豚肉 てんぷら 油揚げ	牛乳 ちりめんじゃこ	にんじん こまつな サニーレタス	たけのこ ごぼう たまねぎ えだまめ きゅうり もやし いよかん	468
				608	734	608				
				734	608					
21 (金)		コッペパン	アイントプフ (ウイカーとレタス 豆の煮込み) キャベツのサラダ ポムス(フライドポテト)	パン じゃがいも 砂糖	油	ウイナー レンズまめ	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ かぶ はくさい キャベツ きゅうり	445
				595	731	595				
				731	595					
25 (火)		ダイシモチ ごはん	わかさぎのから揚げ まんばのごま酢あえ 大根のそぼろ煮ゆず風味	米 ダイシモチ でんぶん 砂糖	油 ごま ごま油	鶏肉 厚揚げ	牛乳 わかさぎ	まんば にんじん 葉ねぎ	キャベツ もやし だいこん ゆず しょうが	491
				645	776	645				
				776	645					
26 (水)		とんこつ ラーメン	焼きぎょうざ もやしの中華あえ パイン(小・中)	中華めん 砂糖	ごま油	豚肉 ぎょうざ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	はくさい たまねぎ 干しいたけ にんにく きゅうり コーン もやし パイン	512
				657	774	657				
				774	657					
27 (木)		ちらしずし	さわらの和風あんかけ 菜花の昆布あえ 湯葉入りすまし汁 ひなあられ	米 砂糖 でんぶん ひなあられ		油揚げ さわら ゆば かまぼこ	牛乳 塩こんぶ	にんじん さやいんげん 菜花 葉ねぎ	ごぼう 干しいたけ しょうが キャベツ たまねぎ だいこん えのきたけ	471
				604	727	604				
				727	604					
28 (金)		コッペパン	カラマリフライ (いかのフライ) グリークサラダ (キャベツとチーズのサラダ) ファンラード (野菜と白いんげん豆のサラダ)	パン でんぶん 砂糖	油 オリーブ油	いか ベーコン 白いんげん豆	牛乳 チーズ	にんじん こまつな トマト	にんにく キャベツ きゅうり たまねぎ セロリ エリンギ	416
				605	747	605				
				747	605					

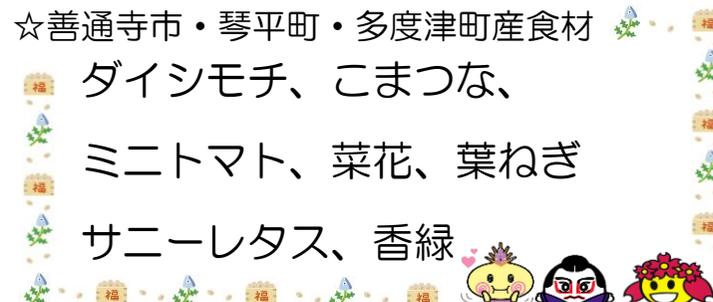
※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※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、菜花、葉ねぎ
サニーレタス、香緑



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/>