

令和7年 6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)				
2 (月)		ごはん (委託)	手作りハンバーグ イタリアンサラダ オニオンスープ	米 パン粉	ドレッシング 油	牛肉 豚肉 ベーコン	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ きゅうり キャベツ えだまめ もやし エリンギ	447 581 737
3 (火)		麦ごはん	さわらのねぎソースかけ 野菜のアーモンドあえ ふしめん汁	米 大麦 砂糖 ふしめん	ごま油 アーモンド	さわら 油揚げ なると みそ	牛乳	葉ねぎ にんじん	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ	462 592 724
4 (水)		ごはん (委託)	八宝菜 いりこの天ぷら ミニトマト	米 でんぶん 小麦粉 米粉	ごま油 ごま油	豚肉 うずら卵 いり	牛乳 煮干し あおのり	チンゲンサイ にんじん ミニトマト	キャベツ たまねぎ だけのこ 干しいたけ しょうが	454 584 744
5 (木)		ダイシモチ ごはん	鶏肉の照り焼き 小松菜と枝豆のタルタルあえ 豆腐のみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん	ドレッシング	鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳	こまつな にんじん さやえんどう	しょうが えだまめ キャベツ ピクルス たまねぎ	499 628 752
6 (金)		コッペパン	さばのムニエル かみかみサラダ トマトと卵のスープ	パン 小麦粉 砂糖 でんぶん	油 ごま	さば ベーコン 卵	牛乳 莖わかめ	にんじん トマト こまつな	ごぼう キャベツ たまねぎ	464 588 731
9 (月)		カルシウム ごはん (委託) 幼のみ	厚揚げのしょうがだれかけ きゅうりのしそあえ すまし汁	米 砂糖 でんぶん	油 ごま	大豆 厚揚げ なると	ちりめんじゃこ ひじき 牛乳	にんじん こまつな しそ 葉ねぎ	干しいたけ しょうが きゅうり コーン キャベツ たまねぎ もやし	460 607 766
10 (火)		梅おかか ごはん	かぼちゃの鹿の子揚げ 切り干し大根の酢の物 莖わかめの炒め煮	米 ダイシモチ パン粉 砂糖 こんにゃく	油 ごま油	かつお節 油揚げ てんぷら	牛乳 莖わかめ	かぼちゃ にんじん こまつな	切り干し大根 だけのこ ごぼう 梅	485 623 734
11 (水)		コッペパン 幼のみ	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 きなこビーンズ(小・中)	パン じゃがいも 砂糖	油	豚肉 ウィンナー ベーコン 大豆 きな粉	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	402 606 754
12 (木)		ダイシモチ ごはん	くじらの竜田揚げ 野菜のゆず香あえ もずくのみそ汁	米 ダイシモチ でんぶん 砂糖	油	くじら 豆腐 みそ	牛乳 もずく	こまつな にんじん 葉ねぎ	しょうが もやし キャベツ たまねぎ	468 607 723
13 (金)		カレー サンド	野菜のポトフ いりごとナッツの オリーブオイルがらめ	パン 砂糖 小麦粉 じゃがいも	油 アーモンド オリーブ油	豚肉 大豆 豚レバー ウィンナー	牛乳 煮干し	にんじん	たまねぎ コーン しょうが キャベツ セロリ	426 585 732
16 (月)		ごはん (委託)	きすの青しそ揚げ きゅうりとたくあんのごまあえ お麩とわかめのすまし汁 びわ	米 小麦粉 米粉 ふ	油 ごま	きす 油揚げ なると	牛乳 わかめ	しそ にんじん 葉ねぎ	しょうが きゅうり たくあん たまねぎ びわ	461 584 754
17 (火)		ガーリック ライス	鶏肉のハニーマスタード焼き にんじんサラダ ABCスープ	米 はちみつ 砂糖 じゃがいも マカロニ	オリーブ油	鶏肉	牛乳	にんじん パセリ こまつな	にんにく たまねぎ キャベツ コーン きゅうり エリンギ	453 580 709
18 (水)		ハヤシ ライス (委託)	グリーンサラダ すもも	米 じゃがいも 砂糖	油	牛肉	牛乳	にんじん	たまねぎ エリンギ にんにく キャベツ きゅうり えだまめ すもも	456 585 741

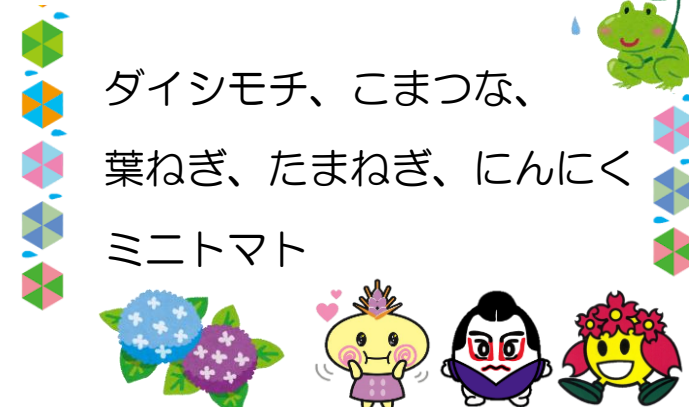
日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名			kcal 年中 小4 中2			
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)	おもに体をつくるもとになる食品(赤)	おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)				
19 (木)		ダイシモチ ごはん	豚肉とごぼうのうま煮 キャベツのみそ炒め しょうゆ豆	米 ダイシモチ こんにゃく 砂糖	油 ごま油	豚肉 てんぷら 油揚げ みそ コチュジャン しょうゆ豆	牛乳	にんじん さやいんげん チンゲンサイ	だけのこ ごぼう たまねぎ キャベツ もやし	483 626 743
20 (金)		コッペパン	さけのチーズ焼き キャベツのみそサラダ かぼちゃ入り豆乳スープ	パン 砂糖 マカロニ コーンスターチ	オリーブ油	さけ 大豆 ベーコン あさり 豆腐 豆乳クリーム	牛乳 チーズ	パセリ こまつな にんじん かぼちゃ	きゅうり キャベツ たまねぎ	426 577 732
23 (月)		豚キムチ丼 (委託) 幼のみ	焼きぎょうざ チンゲンサイのナムル ごま味いりこ	米 砂糖	ごま油 ごま	豚肉 ぎょうざ	牛乳 煮干し	にんじん にら チンゲンサイ	しょうが キムチ たまねぎ キャベツ にんにく もやし	444 597 737
24 (火)		こんびっぴ あんかけ うどん	ちくわの天ぷら ツナと野菜のからしごまあえ	うどん 小麦粉 米粉	油 ごま油 ごま	ベーコン かつお節 ちくわ まぐろ水煮	牛乳	オクラ にんじん こまつな	たまねぎ コーン にんにく きゅうり キャベツ	457 595 706
25 (水)		米粉パン 幼のみ	ポークビーンズ コールスローサラダ メロン	パン 米粉 じゃがいも 砂糖	油 ドレッシング	大豆 豚肉	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ コーン メロン	423 582 726
26 (木)		ダイシモチ ごはん	小あじの三杯 野菜の昆布あえ けんちん汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん	油	油揚げ 豆腐	牛乳 塩こんぶ 豆あじ	葉ねぎ にんじん	きゅうり キャベツ たまねぎ ごぼう	449 590 704
27 (金)		小型ミルク パン	夏野菜入り ソーススパゲッティ ゆでとうもろこし フルーツミックス	パン スパゲッティ ゼリー	油	豚肉 ちくわ かつお節	牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ なす たまねぎ にんにく とうもろこし みかん もも パイナップル	523 663 844
30 (月)		ごはん (委託)	肉じゃが 小松菜のおかかあえ 半夏のだんご(小・中) 煮干し	米 じゃがいも こんにゃく 砂糖 白玉だんご	油	牛肉 かつお節 小豆	牛乳 煮干し	にんじん 葉ねぎ こまつな	たまねぎ エリンギ もやし きゅうり	423 644 814

※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、
葉ねぎ、たまねぎ、にんにく
ミニトマト



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/>