

令和7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)			
1 (月)		ごはん (麦胚)	豚肉のしょうが焼き 野菜のちりめんあえ すいとん汁	米 砂糖 でんぶん すいとん		豚肉 みそ	牛乳 ちりめんじゃこ	ピーマン にんじん 葉ねぎ	しょうが キャベツ もやし たまねぎ	465 622 755
2 (火)		ダイシモチ ごはん  幼のみ	マーボー豆腐 春雨サラダ ミニトマト	米 ダイシモチ 砂糖 はるさめ	ごま油	豆腐 豚肉 みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ ミニトマト	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ 干しいたけ きゅうり キャベツ	456 598 715
3 (水)		あぶたま丼 (麦胚)  幼のみ	焼きししゃも モロヘイヤのおひたし	米 砂糖 でんぶん		油揚げ なると 卵 かつお節	牛乳 ししゃも	にんじん 葉ねぎ モロヘイヤ	エリンギ たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	441 590 733
4 (木)		ダイシモチ ごはん	ハンバーグ 元気サラダ もずくスープ ぶどう	米 ダイシモチ 砂糖	油	ハンバーグ ハム かつお節 ベーコン	牛乳 こんぶ もずく	にんじん チンゲンサイ 葉ねぎ	キャベツ きゅうり コーン もやし たまねぎ エリンギ ぶどう	466 615 700
5 (金)		小型 コッパパン 	なす入りミートスパゲッティ 枝豆の塩ゆで フルーツミックス	パン スパゲッティ ゼリー	オリーブ油	豚肉 豚レバー	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 枝豆 みかん もも パイナップル	474 610 771
8 (月)		ごはん (麦胚)	はまちの照り焼き 野菜のしそあえ さつまいも入りみそ汁	米 でんぶん 砂糖 さつまいも こんにゃく		はまち 油揚げ 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 たまねぎ	475 601 735
9 (火)		ダイシモチ ごはん	厚揚げのこちゅうジャン風味 きゅうりとちやしのナムル 冬瓜とつみれのスープ	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん	ごま油 油	厚揚げ こちゅうジャン つみれ	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ	もやし きゅうり とうがん たまねぎ しょうが	458 600 720
10 (水)		コッパパン (糖のみ) ココア 揚げパン (糖・多) 	ウィンナーと野菜のスープ煮 かみかみサラダ 大豆チョコバター (糖のみ)	パン じゃがいも 砂糖	油 ごま 大豆チョコバター	きな粉 ウィンナー 豚肉	牛乳 きな粉 ちりめんじゃこ	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	457 608 713
11 (木)		さつまいも ごはん	さばのみそだれかけ キャベツの昆布あえ ふしめん汁	米 さつまいも 砂糖 ふしめん		さば みそ なると 油揚げ	牛乳 塩こんぶ	にんじん 葉ねぎ	しょうが きゅうり キャベツ たまねぎ	493 600 717
12 (金)		コッパパン  幼のみ	カレーピーンズ コールスローサラダ いりこナッツの オリーブオイルがらめ	パン じゃがいも 砂糖	油 ドレッシング アーモンド オリーブ油	大豆 豚肉	牛乳 煮干し	にんじん パセリ	にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ コーン	432 597 742
16 (火)		軟ごはん	ちくわの天ぷら 野菜のごま酢あえ いものこ汁	米 ダイシモチ 小麦粉 米粉 砂糖 さといも	油 ごま	小豆 ちくわ 油揚げ みそ	牛乳	こまつな にんじん 葉ねぎ	えだまめ キャベツ きゅうり もやし だいこん	450 599 712
17 (水)		ごはん (麦胚)	さんまの塩焼き すだち 小松菜の醤油あえ なめこのみそ汁	米	ごま	さんま 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 のり	こまつな にんじん 葉ねぎ	すだち もやし キャベツ なめこ たまねぎ	439 605 735
18 (木)		ハヤシ ライス 	大豆サラダ キウイフルーツ	米 大豆 じゃがいも 砂糖	油	牛肉 大豆	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ エリンギ にんにく きゅうり キウイフルーツ	475 620 744

日 (曜)	牛 乳	主食 スプーン	献 立 名	食 品 名						koal
				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)		年 中 小 4 52
19 (金)		黒糖/パン	鶏肉のハーブ焼き アーモンドサラダ ズッキーニのトマトスープ	パン 黒糖 砂糖 じゃがいも	オリーブ油 アーモンド 油	鶏肉 ベーコン 白いんげん豆	牛乳	パプリカ パセリ こまつな 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	429 583 745
22 (月)		ごはん (麦胚)	煮込みおでん 小松菜のおかかあえ 煮干し ミニトマト	米 こんにゃく じゃがいも 砂糖	油	牛肉 うずら卵 てんぷら 厚揚げ みそ かつお節	牛乳 こんぶ 煮干し	にんじん こまつな ミニトマト	だいこん しょうが もやし コーン	462 599 752
24 (水)		米粉/パン  幼のみ	鶏肉とじゃがいもの コンソメ煮 ひじきとチーズのマリネ 揚げきなこピーンズ	パン 米粉 じゃがいも 砂糖 でんぶん	油 オリーブ油	鶏肉 ウィンナー 大豆 きな粉	牛乳 ひじき チーズ	にんじん パセリ こまつな	たまねぎ エリンギ にんにく れんこん コーン	476 660 823
25 (木)		きつねうどん	キャベツの ごまドレッシングあえ 青りんごゼリー	うどん 砂糖 ゼリー	ごま ごま油	油揚げ なると ハム	牛乳	にんじん 葉ねぎ チンゲンサイ	だいこん たまねぎ キャベツ もやし	503 720 817
26 (金)		ツナサンド 	あさりの 豆乳クリームスープ なし	パン 砂糖 コーンスターチ	油 ドレッシング	まぐろ水煮 ウィンナー あさり 豆腐 豆乳クリーム	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ きゅうり キャベツ なし	421 582 723
29 (月)		ごはん (麦胚)	鶏肉の香味ソースかけ チンゲンサイの甘酢あえ 中華スープ	米 でんぶん 小麦粉 砂糖 はるさめ	油 ごま油	鶏肉 ベーコン 豆腐	牛乳	葉ねぎ チンゲンサイ にんじん	にんにく しょうが もやし きゅうり たまねぎ 干しいたけ	469 607 769
30 (火)		ダイシモチ ごはん	さけのきのこあんかけ 小松菜のごまあえ 豆腐のみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん	ごま	さけ 豆腐 油揚げ なると みそ	牛乳	葉ねぎ こまつな にんじん	たまねぎ えのきだけ しめじ しょうが もやし コーン	449 582 700

※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、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!!

