

令和7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

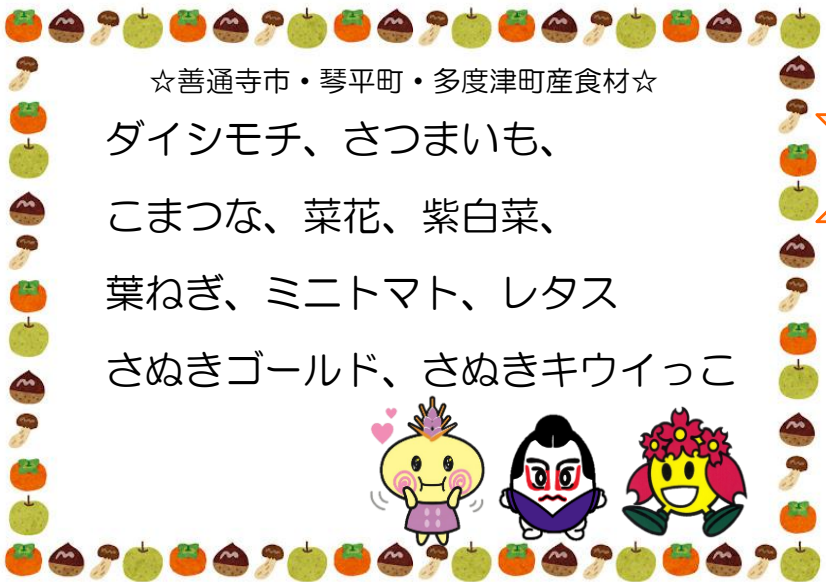
日 (曜)	牛 乳	主 食 スプーン	献 立 名	食 品 名						kcal
				おもにエネルギーのもとに なる食品（黄）		おもに体をつくるもとに なる食品（赤）		おもに体の調子を整える もとになる食品（緑）		年 中 小 中
4 (火)		ダイシモチ ごはん	さわらのみそだれかけ 荳わかめの炒め煮 けんちん汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん こんにゃく	ごま ごま油	さわら みそ てんぷら 豆腐 油揚げ	牛乳 荳わかめ	にんじん 葉ねぎ	しょうが だけのこれ れんこん たまねぎ ごぼう	462
										601
										734
5 (水)		揚げパン （善のみ） 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・多のみ）	パン じゃがいも 砂糖	油 黒豆きなこ クリーム	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	502
										678
										791
6 (木)		きのこの 炊き込み ごはん	はまちの照り焼き もやしの甘酢あえ 豆腐とわかめのすまし汁	米 さといも でんぶん 砂糖	油 ごま	油揚げ はまち 豆腐 なると	牛乳 わかめ	にんじん こまつな 葉ねぎ	しめじ えのきたけ 干しいだけ しょうが もやし きゅうり たまねぎ	480
										613
										730
7 (金)		小型 黒糖パン	和風スパゲッティ かみかみサラダ りんご	パン 黒糖 スパゲッティ 砂糖	オリーブ油 ごま 油	ベーコン	牛乳 荳わかめ ちりめんじゃこ	にんじん 葉ねぎ	たまねぎ 切り干し大根 エリンギ にんにく ごぼう きゅうり りんご	455
										593
										743
10 (月)		深川風 卵とし丼 （委託）  幼のみ	焼きししゃも 小松菜のおひたし ミニトマト	米 砂糖 でんぶん		あさり 卵 油揚げ なると かつお節	牛乳 ししゃも	にんじん 葉ねぎ こまつな ミニトマト	たまねぎ もやし キャベツ	448
										609
										745
11 (火)		ダイシモチ ごはん	厚揚げのしょうがだれかけ 野菜のごまあえ さつまいも入りみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん さつまいも こんにゃく	ごま	厚揚げ みそ	牛乳	にんじん こまつな 葉ねぎ	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ	472
										628
										766
12 (水)		根菜 カレー ライス （委託） 	元気サラダ さぬきゴールド	米 さといも 砂糖	油	牛肉 豚肉 豚しゃり ハム かつお節	牛乳 こんぶ	にんじん	にんにく たまねぎ だいこん ごぼう えだまめ キャベツ きゅうり コーン キウイフルーツ	487
										643
										799
13 (木)		ダイシモチ ごはん	さけの塩焼き 小松菜のすだちあえ 大根のそぼろ煮	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん	油	さけ 鶏肉 厚揚げ	牛乳	こまつな にんじん 葉ねぎ	もやし キャベツ だいこん しょうが	470
										609
										736
14 (金)		ミルクパン 	鶏肉のガーリック焼き 春雨サラダ クラムチャウダー みかんクレープ（小・中） みかんゼリー（幼のみ）	パン はるさめ 砂糖 マカロニ ジュスターチ クレープ ゼリー	ごま油 油	鶏肉 ウィンナー あさり 豆腐 豆乳クリーム	牛乳 クリーム	にんじん ブロッコリー	にんにく きゅうり キャベツ コーン たまねぎ	480
										692
										862
17 (月)		ビビンバ （委託） 	トック入りわかめスープ 煮干し	米 砂糖 トック	油 ごま油 ごま	牛肉 コチュジャン 豆腐 ベーコン	牛乳 わかめ 煮干し	チンゲンサイ にんじん 葉ねぎ	しょうが にんにく もやし たまねぎ 干しいだけ	456
										600
										745
18 (火)		麦ごはん	いもたこ 紫白菜と昆布の酢の物 みかん	米 大麦 さといも こんにゃく 砂糖		たこ 油揚げ	牛乳 こんぶ	にんじん さやいんげん	だいこん 紫はくさい はくさい きゅうり みかん	476
										609
										722
19 (水)		揚げパン （琴・多） コッペパン （善のみ） 	豚肉と野菜の豆乳スープ煮 ごぼうサラダ 黒豆きなこクリーム（善のみ）	パン 砂糖 じゃがいも マカロニ ジュスターチ	油 ドレッシング ごま 黒豆きなこ クリーム	豚肉 ウィンナー 豆腐 豆乳クリーム	牛乳 ひじき	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ ごぼう きゅうり コーン	506
										682
										798

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）		年 中 小 4 中2
20 (木)		秋の香り ごはん	さばの南部焼き 野菜のしそあえ 湯葉入りすまし汁	米 ダイシモチ さつまいも 砂糖 でんぶん	油 ごま	油揚げ さば ゆば 豆腐 なると	牛乳	にんじん こまつな しそ 葉ねぎ	ごぼう えだまめ 干しいだけ しょうが はくさい もやし たまねぎ	489
										623
										771
21 (金)		米粉パン 	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 米粉 さといも ソース 砂糖 さつまいも	くり 油	鶏肉 豆乳 みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	たまねぎ しめじ キャベツ コーン きゅうり	461
										634
										796
25 (火)		しっぽく うどん	かぼちゃの鹿の子揚げ キャベツと菜花のからしあえ げんこつ鮎（小・中）	うどん さといも パン粉 げんこつ鮎	油	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん 葉ねぎ かぼちゃ 菜花	ごぼう だいこん たまねぎ 干しいだけ キャベツ コーン	521
										680
										799
26 (水)		ダイシモチ ごはん	ちぬ団子入り煮込みおでん 食べて菜のごま酢あえ さぬきキウイっこ	米 ダイシモチ こんにゃく じゃがいも 砂糖	油 ごま	牛肉 ちぬ団子 うずら卵 厚揚げ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん 食べて菜	だいこん しょうが きゅうり もやし キウイフルーツ	518
										681
										816
27 (木)		コーン ピラフ	オリーブサーモンのハーブ揚げ グリーンサラダ ABCスープ	米 でんぶん 小麦粉 砂糖 じゃがいも マカロニ	油	さけ	牛乳	バジル パセリ こまつな にんじん	コーン たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり えだまめ エリンギ	470
										620
										742
28 (金)		照り焼き チキン サンド 	卵とレタスのスープ マヨネーズタイプドレッシング	パン 砂糖 でんぶん	ドレッシング 油	鶏肉 卵 ベーコン	牛乳	にんじん	しょうが キャベツ きゅうり レタス エリンギ たまねぎ	460
										591
										740

※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
学校給食センター
ホームページ



<https://zkt-kyushoku.jp/>