

令和8年 1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 もとにになる食品(緑)			
8 (木)		麦ごはん	さけのみぞマヨネーズ焼き 紫白菜の甘酢あえ 寄せ鍋風スープ	米 大麦 砂糖	油 ドレッシング ごま	さけ みぞ 豚肉 油揚げ 豆腐	牛乳	葉ねぎ こまつな にんじん	葉はくさい もしやうり えのきだけ だいこん 干しいたけ		637
9 (金)		コッペパン 幼のみ	豚肉とじゃがいものコンソメ煮 フロッコリーナのサラダ いりごこなツのオリーブオイルがらめ りんごジャム	パン じゃがいも 砂糖 ジャム	油 アーモンド オリーブ油	豚肉 ワインナー	牛乳 煮干し	にんじん パセリ プロッコリー こまつな	たまねぎ エリンギ にんにく キャベツ コーン	447	
13 (火)		麦ごはん	さわらの和風あんかけ 小松菜の昆布あえ あんもち雑煮	米 大麦 砂糖 でんぶん あんもち		さわら 油揚げ みそ	牛乳 塩こんぶ	こまつな にんじん 金時にんじん 葉ねぎ	しょうが きゅうり もしや だいこん はくさい	630	
14 (水)		ごはん (要託)	松屋焼き 紅白なます すまし汁 きんかん	米 パン粉 砂糖	ごま	豚肉 みぞ 豆腐	牛乳	葉ねぎ にんじん 金時にんじん	しょうが だいこん なまねぎ えのきだけ きんかん	785	
15 (木)		年明け 八菜うどん	金時かき揚げ ほうれんそうのおかかあえ	うどん 小麦粉 でんぶん さつまいも 砂糖	油	豚肉 かまぼこ かつお節	牛乳	金時にんじん 葉ねぎ ほづれんそう	はくさい なまねぎ だいこん 干しいたけ ごま	579	
16 (金)		セルフ スラッピー・ ショーカー	花野菜サラダ コーンクリームスープ だいたいのムース	パン 小麦粉 さつまいも コーン粉 ムース	油 ドレッシング	牛肉 豚肉 大豆 ペーパーコン 白いんげん豆 豆乳クリーム	牛乳 クリーム	にんじん トマト プロッコリー パセリ	たまねぎ にんにく カリフラワー キャベツ コーン	666	
19 (月)		ピピンパ (要託)	うずら卵入り春雨スープ 煮干し	米 砂糖 はるさめ	油 ごま油 ごま	牛肉 豚肉 コチュジャン ペーパーコン うずら卵	牛乳 煮干し	チングンサイ にんじん	しょうが にんにく レタス もしや たまねぎ 干しいたけ	478	
20 (火)		ダイシモチ ごはん	さばのおろしだれかけ 小松菜のこまあえ 豆腐とわかめのみそ汁	米 ダイシモチ でんぶん	ごま	さば 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん 葉ねぎ	しょうが だいこん もしや こーン えのきだけ たまねぎ	674	
21 (水)		黒糖パン 幼のみ	ポークピーンズ 菜花のツナサラダ キウイのたまご	パン 黒糖 じゃがいも 砂糖	油 ごま	大豆 豚肉 まぐろ水煮	牛乳	にんじん パセリ 葉花	たまねぎ キャベツ コーン キウイフルーツ	427	
22 (木)		冬野菜 カレーライス	海藻サラダ ほんかん	米 ダイシモチ じゃがいも	油 ドレッシング ごま	豚肉 豚しゃーべー ちくわ	牛乳 わかめ 茎わかめ こんぶ のり	にんじん プロッコリー	かぶ たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり ほんかん	660	
23 (金)		小型 ミルクパン	和風パグッティ コールスローラサラダ ミニトマト 型抜きチーズ	パン スパゲッティ	オリーブ油 ドレッシング	ペーパン	牛乳 チーズ	にんじん 葉ねぎ ミニトマト	たまねぎ 切り干し大根 エリンギ にんにく キャベツ コーン	496	
26 (月)		ごはん (要託)	鶏肉のにんにく焼き ちしゃもみ がまだま汁 しょうゆ豆	米 砂糖 でんぶん	ごま	鶏肉 油揚げ みぞ 豚肉 豆腐 ないと しょうゆ豆	牛乳 ちりめんじゃこ	サニーレタス にんじん 葉ねぎ	にんにく きゅうり たまねぎ	516	

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 もとにになる食品(緑)			
27 (火)		コーンピラフ	さけのオーロラソースかけ 食べて葉のサラダ かぶのボトフ	米 砂糖 じゃがいも	油 ドレッシング	さけ ワインナー	牛乳	食べて葉 にんじん パセリ	コーン たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり かぶ エリンギ	612	
28 (水)		いりごめし	ちくわの磯辺揚げ 菜花のこまドレッシングあえ お豚と大根のすまし汁 和三盆舞	米 こんにゃく さといも 小麦粉 米粉 砂糖 みそ 和三盆舞	油 ごま ごま油	煮干し 牛乳 あおり	にんじん 葉花 葉ねぎ	干しいたけ こまつな キャベツ もしや だいこん たまねぎ	737		
29 (木)		ダイシモチ ごはん	はまちの照り焼き まんぱのけんちゃん 打ち込み汁	米 ダイシモチ でんぶん 砂糖 うどん さといも	ごま油	はまち 豆腐 てんぷら 油揚げ みそ	牛乳	まんぱ 金時にんじん 葉ねぎ	502		
30 (金)		米粉パン	白菜のクリームシチュー 金時にんじんのサラダ 香綠	パン 米粉 じゃがいも 小麦粉 砂糖	バター油	鶏肉 あさり 豆乳 豆乳クリーム	牛乳 チーズ クリーム	にんじん パセリ 金時にんじん	435		

※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、さつまいも、こまつな、

ミニトマト、レタス、サニーレタス、

菜花、紫白菜、葉ねぎ、

香綠、キウイのたまご

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/>

あけましておめでとうございます



今年もおいしく、安心・安全な給食作りにセンター一同励んでまいります。

本年も、どうぞよろしくお願ひいたします。