

令和8年 5月 学校給食献立表

普通寺市・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 (金)		コッパパン 幼のみ	豚肉とじゃがいものコンソメ煮 アスパラガスのサラダ 揚げ抹茶ピーンズ	パン じゃがいも 砂糖 でんぷん	油 ドレッシング	豚肉 ウィンナー 大豆 きな粉	牛乳	にんじん パセリ グリーンアスパラガス 抹茶	たまねぎ にんにく キャベツ コーン	434 年中 607 小4 758 中2
7 (木)		ダイシモチ ごはん	さわらのみそだれかけ 切り干し大根の酢の物 若竹汁 かしわもち(小・中) こどもの日ゼリー(幼のみ)	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん かしわもち ゼリー	ごま	さわら みそ なると 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ	しょうが 切り干し大根 きゅうり だけのこ たまねぎ	463 632 735
8 (金)		小型ミルク パン	ボンゴレ・ピアンコ にんじんサラダ そら豆のカレー揚げ	パン スパゲッティ 砂糖 小麦粉 米粉	オリーブ油 油	あさり ベーコン	牛乳	グリーンアスパラガス にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ コーン きゅうり そらまめ	456 599 758
11 (月)		ごはん (委託)	厚揚げとじゃがいものそぼろ煮 きゅうりのしそあえ 甘夏みかん	米 じゃがいも こんにゃく 砂糖 でんぷん	油	豚肉 厚揚げ てんぷら	牛乳	にんじん 葉ねぎ しそ	たまねぎ きゅうり キャベツ もやし 甘夏みかん	437 596 741
12 (火)		あぶたま丼 幼のみ	焼きししゃも 野菜のごま酢あえ	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん	ごま油	油揚げ なると 卵	牛乳 ししゃも	にんじん 葉ねぎ こまつな	エリンギ たまねぎ きゅうり もやし	445 615 721
13 (水)		ごはん (委託)	ヤンニョムチキン 春雨サラダ トック入りわかめスープ 冷凍パイ	米 でんぷん 砂糖 はるさめ トック	油 ごま油	鶏肉 コチュジャン 豆腐 ベーコン	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ	しょうが にんにく きゅうり キャベツ たまねぎ 干しいたけ パイ	498 676 845
14 (木)		えんどう ごはん	さばの塩焼き だけのこのきんぴら 豆腐のみそ汁	米 こんにゃく 砂糖	ごま油	さば てんぷら 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 茎わかめ	にんじん 葉ねぎ	グリーンピース だけのこ ごぼう えのきだけ たまねぎ	498 619 739
15 (金)		ツナサンド 	グリーンポタージュ いりこナッツの オリーブオイルがらめ	パン 全粒粉 砂糖 じゃがいも	油 ドレッシング アーモンド オリーブ油	まぐろ水煮 ベーコン 白いんげん豆 豆腐 豆乳クリーム	牛乳 クリーム 煮干し	にんじん	たまねぎ きゅうり エリンギ グリーンピース	431 606 754
18 (月)		ごはん (委託)	厚揚げのしょうがだれかけ きゅうりとわかめの酢の物 じゃがいものみそ汁 小夏	米 砂糖 でんぷん じゃがいも		厚揚げ みそ	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ	しょうが きゅうり たまねぎ 小夏	452 621 786
19 (火)		山菜うどん	ちくわの新茶揚げ キャベツのからしあえ	うどん 砂糖 小麦粉 米粉	油	油揚げ 豚肉 ちくわ	牛乳	煎茶 にんじん 葉ねぎ こまつな	わらび だけのこ えのきだけ 干しいたけ たまねぎ しめじ しょうが キャベツ きゅうり	492 649 769
20 (水)		コッパパン	ハンバーグ 摘果メロンのマリネ ミネストローネ いちごジャム	パン 砂糖 ジャム	オリーブ油	ハンバーグ ベーコン 白いんげん豆	牛乳	にんじん トマト	摘果メロン キャベツ きゅうり コーン たまねぎ セロリ エリンギ にんにく	430 595 699
21 (木)		ダイシモチ ごはん	グリーンピースのかき揚げ きゅうりとたくあんのあえもの ふしめん汁	米 ダイシモチ じゃがいも 小麦粉 米粉 ふしめん	油	なると 油揚げ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	グリーンピース コーン たまねぎ きゅうり たくあん	439 590 701

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)				
22 (金)		コッパパン 	鶏肉とアスパラガスのクリーム煮 スナップえんどうのソテー 美生柑	パン マカロニ じゃがいも コーン チーズ	油	鶏肉 豆腐 豆乳クリーム	牛乳 クリーム チーズ	にんじん グリーンアスパラガス さやえんどう	たまねぎ エリンギ キャベツ コーン もやし 美生柑	412 580 716
25 (月)		ごはん (委託)	豚肉とごぼうのうま煮 もやしの甘酢あえ 煮干し ミニトマト	米 こんにゃく 砂糖	油 ごま	豚肉 てんぷら 油揚げ	牛乳 煮干し	にんじん さやいんげん こまつな ミニトマト	だけのこ ごぼう たまねぎ もやし きゅうり	465 637 792
26 (火)		ダイシモチ ごはん	すずきのねぎソースかけ キャベツの昆布あえ 湯葉入りすまし汁	米 ダイシモチ でんぷん 砂糖	油 ごま油	すずき ゆば 豆腐 なると	牛乳 塩こんぶ	葉ねぎ にんじん	しょうが きゅうり キャベツ たまねぎ えのきだけ	457 593 706
27 (水)		梅ちり ごはん	鶏肉のにんにく焼き 小松菜のごまあえ けんちん汁	米 小麦	油 ごま	鶏肉 豆腐 油揚げ	ちりめんじゃこ 牛乳	こまつな にんじん 葉ねぎ	うめ にんにく もやし コーン たまねぎ ごぼう	447 585 711
28 (木)		ナン 	ポークカレー 元氣サラダ バナナ	ナン じゃがいも 砂糖	油	豚肉 豚レバー ハム かつお節	牛乳 こんぶ	にんじん	たまねぎ エリンギ えだまめ にんにく キャベツ きゅうり コーン バナナ	459 598 753
29 (金)		レーズン パン	さけのハーブ焼き ポテトサラダ オニオンスープ	パン じゃがいも 砂糖	オリーブ油 ドレッシング 油	さけ ベーコン	牛乳	パセリ にんじん こまつな	レーズン きゅうり たまねぎ エリンギ	431 607 773

※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。

☆普通寺市・琴平町・多度津町産食材

ダイシモチ、こまつな、そら豆、
葉ねぎ、ミニトマト、たまねぎ、
にんにく

普通寺市・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/>

