

令和8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 (質)	おもに体をつくるもとに なる食品 (量)	おもに体の調子を整える もとになる食品 (緑)			
1 (火)		麦ごはん	さけの黄金焼き キャベツとコーンのソテー モロヘイヤのコンソメスープ	米 大麦	ドレッシング 油	さけ ベーコン	牛乳	にんじん モロヘイヤ	461 596 739
2 (水)		深川風 卵とじ丼 幼のみ	ツナと野菜のからしごまあえ 煮干し	米 砂糖 でんぶん	ごま油 ごま	あさり 卵 油揚げ なると まぐろ水煮	牛乳 煮干し	にんじん 葉ねぎ	446 580 728
3 (木)		さつまいも ごはん	焼きししゃも 小松菜のアーモンドあえ 豆腐のみそ汁	米 さつまいも	油 アーモンド	豆腐 油揚げ なると みそ	牛乳 ししゃも	こまつな にんじん 葉ねぎ	439 589 730
4 (金)		ブレンパン	かぼちゃ入り豆乳スープ ごぼうサラダ きなこピーンズ (小・中)	パン マカロニ コーン 砂糖	油 ドレッシング ごま	ベーコン 豆乳 豆乳クリーム 大豆 きな粉	牛乳 ひじき	かぼちゃ にんじん パセリ こまつな	414 586 712
7 (月)		ごはん	さんまの塩焼き キャベツの昆布あえ なめこのみそ汁	米		さんま 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 塩こんぶ	にんじん 葉ねぎ	446 624 753
8 (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 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	厚揚げ つみれ	牛乳	にんじん こまつな 葉ねぎ	454 602 770
9 (水)		ブレンパン	ウインナーと野菜のスープ煮 マカロニサラダ いりこのナッツがらめ	パン じゃがいも マカロニ 砂糖	油 ドレッシング アーモンド	ウインナー	牛乳 煮干し	チンゲンサイ にんじん パセリ	447 580 702
10 (木)		萩ごはん	さばの七味焼き 野菜のしそあえ けんちん汁	米 ダイシモチ	ごま	小豆 さば 豆腐 油揚げ	牛乳	しそ にんじん 葉ねぎ	479 580 734
11 (金)		小型 ブレンパン	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	515 609 750
14 (月)		ごはん	オクラとコーンのかき揚げ 野菜のおかあえ ふしめん汁	米 じゃがいも 小麦粉 米粉 砂糖 ふしめん	油	ちくわ かつお節 油揚げ	牛乳	オクラ にんじん 葉ねぎ	443 580 732
15 (火)		麦ごはん	豚肉とごぼうのうま煮 ピーマンのちりめん炒め なし	米 大麦 こんにゃく 砂糖	油 ごま ごま油	豚肉 てんぷら 油揚げ	牛乳 ちりめんじゃこ	にんじん ピーマン	473 621 779
16 (水)		ごはん	ざんぎ にんじんとコーンのあえもの じゃがいものみそ汁	米 でんぶん 小麦粉 砂糖 じゃがいも	油	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	471 616 779

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 (質)	おもに体をつくるもとに なる食品 (量)	おもに体の調子を整える もとになる食品 (緑)			
17 (木)		豆腐入り ドライ カレーライス	切り干し大根のサラダ ミニトマト	米 小麦 砂糖	油	豆腐 鶏肉 豚肉 豚レバー	牛乳 こんぶ	にんにく たまねぎ エリンギ 切り干し大根 キャベツ	461 602 761
18 (金)		ブレンパン	鶏肉のハーブ焼き 元氣サラダ 冬瓜とズッキーニの ミネストローネ ぶどう	パン 砂糖	オリーブ油 油	鶏肉 ハム かつお節 白いんげん豆	牛乳 こんぶ	パセリ オクラ にんじん トマト	457 590 712
24 (木)		にんじん ごはん	十五夜ハンバーグ じゃがいものほくほく炒め だんご汁	米 じゃがいも 白玉もち	油	ハンバーグ	牛乳 ちりめんじゃこ	にんじん 葉ねぎ	467 580 752
25 (金)		鶏肉と大豆の チリドッグ	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	ウインナー 鶏肉 大豆 ベーコン	牛乳 煮干し	にんじん パセリ	454 591 715
28 (月)		ごはん	小さいわしのフライ ひじきとチーズのマリネ ジュリアンスープ	米 砂糖 パン粉 小麦粉	油 オリーブ油	ベーコン	牛乳 小さいわし ひじき チーズ	にんじん こまつな	458 603 757
29 (火)		とんこつ ラーメン	焼きぎょうざ もやしの甘酢あえ	中華めん 砂糖	ごま油 ごま	豚肉 ぎょうざ	牛乳	チンゲンサイ にんじん 葉ねぎ	501 622 733
30 (水)		ダイシモチ 入りだしごみ ごはん	さけのきのことあんかけ きんぴらごぼう さつまいも入りみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぶん こんにゃく さつまいも	油 ごま ごま油	鶏肉 さけ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	464 598 764

※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、葉ねぎ、
ミニトマト、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!!

