

令和5年度 4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)			
6(木)		青のりとおかかの混ぜごはん	鶏肉のんにく焼き きゅうりとたくあん ごまあえ じゃがいものみそ汁	米 じゃがいも	ごま	かつお節 鶏肉 油揚げ みそ	にんじん 葉ねぎ	にんにく きゅうり たくあん たまねぎ	年中
									小4
									中2
585									
7(金)		ミルクパン	ミネストローネ ひじきとアスパラガスの マリネ 揚げココアビーンズ	パン マカロニ 砂糖 でんぷん	オリーブ油	ベーコン 大豆	にんじん パセリ トマト グリーンアスパガス	たまねぎ キャベツ セロリ エリンギ にんにく きゅうり コーン	431
									592
									745
10(月)		ごはん(委託)	牛肉とセロリの炒め物 ツナと野菜のからしあえ けんちん汁	米 砂糖	ごま 油 ごま油	牛肉 まぐろ水煮 豆腐 油揚げ	牛乳	にんじん ごま たまねぎ 葉ねぎ	449
									583
									739
11(火)		ダイシモチ ごはん	豚肉のしょうが焼き 野菜のアーモンドあえ たまねぎのみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖	油 アーモンド	豚肉 油揚げ みそ	牛乳	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ もやし	447
									586
									712
12(水)		豆腐入り ドライカレー ライス	春野菜サラダ いちご	米 砂糖	油	豆腐 牛肉 豚肉 豚レバー	牛乳	にんじん グリーンアスパガス	461
									598
									759
13(木)		たけのこ ごはん	ちくわのしそ揚げ キャベツの昆布あえ すいとん汁	米 砂糖 小麦粉 米粉 すいとん	油	油揚げ ちくわ みそ	牛乳 塩こんぶ	にんじん しそ 葉ねぎ	461
									598
									713
14(金)		黒糖パン 幼のみ	鶏肉とじゃがいもの コンソメ煮 アスパラガスのソテー いりごとナッツの オリーブオイルがらめ	パン 黒糖 じゃがいも 砂糖	油 アーモンド オリーブ油	鶏肉 ウインナー	牛乳 煮干し	にんじん パセリ グリーンアスパガス チンゲンサイ	428
									588
									736
17(月)		ぶた丼	焼きしゅうまい もやしの甘酢あえ 香緑	米 こんにゃく 砂糖	油 ごま	豚肉 しゅうまい	牛乳	たまねぎ 干しいたけ ごぼう もやし きゅうり キウイフルーツ	469
									627
									770
18(火)		ダイシモチ ごはん	厚揚げの肉みそかけ 小松菜のおかかあえ ふしめん汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん ふしめん	油	厚揚げ 鶏肉 みそ かつお節 なると 油揚げ	牛乳	ごま たまねぎ にんじん 葉ねぎ	464
									613
									728
19(水)		米粉パン	ウインナーと野菜の 豆乳スープ煮 ごぼうサラダ	パン 米粉 じゃがいも マカロニ コーン	油 ドレッシング ごま	豚肉 ウインナー 豆乳 豆乳クリーム	牛乳 ひじき	にんじん パセリ	424
									588
									739
20(木)		わかめ ごはん	さわらの梅照り焼き 海藻サラダ もずくスープ	米 砂糖 でんぷん	ドレッシング ごま 油	わかめ ちくわ ベーコン	牛乳	しょうが うめ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ エリンギ	453
									582
									710
21(金)		全粒粉パン	鶏肉のハーブ焼き 大豆サラダ ABCスープ いちごジャム	パン 全粒粉 砂糖 マカロニ ジャム	オリーブ油	鶏肉 大豆 ベーコン	牛乳	バジル パセリ にんじん ブロッコリー ごま たまねぎ エリンギ	444
									586
									744

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)			
24(月)		ごはん(委託)	マーボー豆腐 春雨サラダ 甘夏みかん 煮干し	米 砂糖 はるさめ	ごま 油 ごま	豆腐 豚肉 みそ	牛乳 煮干し	にんじん 葉ねぎ ごま たまねぎ	484
									627
									790
25(火)		赤飯	花型ハンバーグの しょうがだれかけ 野菜のゆず香あえ 湯葉入りすまし汁 お祝いクレープ	米 もち米 砂糖 でんぷん クレープ	ごま 油	小豆 豆腐 ハム ゆば 桜型かまぼこ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	518
									622
									737
26(水)		ダイシモチ ごはん	たちうおの和風あんかけ 茎わかめの炒め煮 春キャベツのみそ汁	米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん こんにゃく	油 ごま ごま油	たちうお てんぷら 油揚げ みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	476
									631
									758
27(木)		春野菜 カレーライス	元気サラダ ミニトマト	米 大麦 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 グリーンアスパガス ミニトマト	457
									605
									719
28(金)		小型 ミルクパン	和風スパゲッティ じゃこの鉄骨サラダ 滝見オレンジ	パン スパゲッティ 砂糖	オリーブ油 ごま油	ベーコン	牛乳 ひじき ちりめんじゃこ	にんじん グリーンアスパガス	463
									580
									733

※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、ごま
たまねぎ、ミニトマト、ブロッコリー、
葉ねぎ、香緑

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/>

ご入園・ご入学、そしてご進級おめでとうございます。
今年度もみなさんが元気に1年を過ごせるように安心、
安全でおいしい給食づくりに努めます。
よろしくお願ひいたします。

