



# 献立予定表



丸亀市飯山学校給食センター  
TEL 98-2235

日	曜日	献立名		主にエネルギーのもとになる食品		主に体をつくるもとになる食品		主に体の調子を整えるもとになる食品		エネルギー (kcal)		
		主食等	牛乳	副食等	主に炭水化物	主に脂肪	主にたんぱく質	主に無機質	主にカロテン	主にビタミンC	小学校	中学校
7	月	麦ごはん	牛乳	いかのさらさあげ 小松菜のごまドレッシングあえ 豆腐とわかめのみそ汁	米 大麦 でんぷん 砂糖	油 ごま	いか ハム 豆腐 油あげ みそ	牛乳 わかめ	チンゲン菜 小松菜 にんじん	しょうが もやし 玉ねぎ 葉ねぎ	622	792
8	火	カミカミデー コッパン (小・中) いちごジャム	牛乳	鶏肉のマスタード焼き ごぼうサラダ ミネストローネ	パン じゃがいも (いちごジャム)	エッグフリーマヨネーズ 油 マカロニ	鶏肉 ベーコン かまぼこ 白いんげん豆	牛乳	にんじん パセリ トマト	にんにく ごぼう きゅうり コーン キャベツ 玉ねぎ セロリ	633	781
9	水	春の香り寿司	牛乳	かぼちゃの天ぷら チンゲン菜と春キャベツのアーモンドあえ すまし汁	米 砂糖 天ぷら粉	油 アーモンド	高野豆腐 錦糸卵 豆腐 わかめ かまぼこ	牛乳	にんじん かぼちゃ チンゲン菜	ごぼう 干しいたけ 玉ねぎ 葉ごぼう 春キャベツ 葉ねぎ	564	729
10	木	黒糖パン	牛乳	たけのこと鶏肉のチリソース煮 ビーフンスープ ヨーグルト	パン ビーフン でんぷん 砂糖	油	鶏肉 あさり うずら卵 豚肉	牛乳 ヨーグルト	にんじん 葉ねぎ チンゲン菜	にんにく しょうが 白ねぎ 玉ねぎ たけのこ きくらげ	630	802
11	金	ポークカレー (ダイシモチ麦ごはん)	牛乳	アスパラガスのサラダ はっさく	米 砂糖 小麦粉 ダイシモチ麦 じゃがいも	油 バター	豚肉 ベーコン 大豆 ハム	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	にんじん アスパラガス コーン はっさく	玉ねぎ エリンギ しょうが 干しいたけ 枝豆 にんにく セロリ 春キャベツ りんご	695	854
14	月	ごはん	牛乳	ししゃものごまあげ きゅうりの昆布あえ 高野豆腐の卵とじ	米 天ぷら粉 じゃがいも 砂糖	油 ごま	高野豆腐 卵	牛乳 昆布 ししゃも ちりめん	小松菜 にんじん	もやし きゅうり 玉ねぎ 干しいたけ 枝豆	650	804
15	火	米粉パン	牛乳	アスパラガスのクリーム煮 ひじきとツナのマリネ きなこピーズ	パン 砂糖 じゃがいも 小麦粉 でんぷん	油 バター 生クリーム	鶏肉 ツナ あさり 大豆 ベーコン きなこ	牛乳 ひじき	にんじん チンゲン菜 アスパラガス	エリンギ キャベツ 玉ねぎ きゅうり	644	820
16	水	麦ごはん 小2まで	牛乳	オリーブ豚の麻婆豆腐 パンバンジーサラダ いちご	米 大麦 でんぷん 砂糖 春雨	油 ごま油	豆腐 大豆 オリーブ豚肉 みそ ささみ	牛乳	葉ねぎ にんじん	しょうが にんにく きゅうり もやし きくらげ いちご	624	789
17	木	コッパン	牛乳	カレーピーズ 海そうサラダ いりことナッツのオリーブオイルがらめ	パン じゃがいも 砂糖	油 ごま オリーブ油 アーモンド	豚肉 大豆 ウィンナー うずら卵	牛乳 かえり ちりめん 海そうミックス	にんじん パセリ 小松菜 トマト	玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり	596	759
18	金	赤飯	牛乳	さわらの塩焼き 春キャベツのゆず香あえ ふしめん汁 お祝いクレープ	米 もち米 ふしめん お祝いクレープ	ごま 砂糖	小豆 油あげ さわら かつお節	牛乳	小松菜 にんじん 葉ねぎ	きゅうり 春キャベツ 大根 玉ねぎ	639	778
21	月	丸亀の日 麦ごはん	牛乳	鶏肉のてり焼き ごまじゃこあえ 春の月菜汁 (中) アーモンド	米 大麦 はちみつ 砂糖 白玉団子	ごま ごま油 (アーモンド)	鶏肉 豆腐 みそ	牛乳 ちりめん	チンゲン菜 にんじん 葉ねぎ	きゅうり コーン キャベツ 玉ねぎ たけのこ	619	838
22	火	小型ミルクパン	牛乳	豆入りミートソースパグティ コールスローサラダ	パン 砂糖 スパグティ	エッグフリーマヨネーズ 油	牛肉 豚肉 大豆	牛乳	にんじん	玉ねぎ エリンギ にんにく キャベツ きゅうり コーン	598	775
23	水	麦ごはん	牛乳	小いわしのフライ いそかあえ 肉じゃが	米 大麦 砂糖 じゃがいも こんにゃく	油 パン粉	牛肉	牛乳 のり 小いわし ちりめん	にんじん チンゲン菜 小松菜	玉ねぎ 枝豆 もやし	632	803
24	木	さぬきの夢パン (小・中) 黒豆きなこクリーム	牛乳	春野菜のスープ煮 アーモンドいりこ いちご入りフルーツポンチ	パン 砂糖 カクテルゼリー ナタデココ	アーモンド (黒豆きなこクリーム) 油	ウィンナー 鶏肉 白いんげん豆	牛乳 かえり	にんじん チンゲン菜 パセリ	玉ねぎ キャベツ セロリ いちご パイナップル 黄桃	636	792
25	金	麦ごはん	牛乳	高野豆腐のおとしあげ 小松菜とコーンのあえもの たけのこの土佐煮	米 大麦 砂糖 でんぷん こんにゃく	油	鶏肉 卵 高野豆腐 白てんぷら	牛乳 かつお節	小松菜 にんじん	しょうが にんにく キャベツ コーン たけのこ	614	779
28	月	わかめごはん	牛乳	鮭のみそマヨネーズ焼き 切り干し大根のごまドレッシングあえ けんちん汁	米 大麦 砂糖 里芋 こんにゃく	エッグフリーマヨネーズ 油 ごま	さけ ツナ みそ 鶏肉 豆腐 油あげ	牛乳 わかめ	パセリ 葉ねぎ チンゲン菜 にんじん	玉ねぎ 干しいたけ 切り干し大根 きゅうり ごぼう	613	778
30	水	麦ごはん	牛乳	魚のコチュジャン風味 チンゲン菜のサラダ トック入りわかめスープ (小・中) 昆布大豆	米 大麦 でんぷん 砂糖 トック	油 ごま油	メルルーサ ハム ベーコン あさり (大豆)	牛乳 わかめ (昆布)	チンゲン菜 小松菜 にんじん	もやし コーン 玉ねぎ 干しいたけ	632	791

【香川印給食ウイーク】(14日~18日) 香川県でとれた農水畜産物を使った給食を提供する取り組みの週間。  
\*献立は、材料その他の都合により変更することがあります。 \* (小・中)は小・中学校に、(中)は中学校につきます。  
\*エネルギーは、小学校4年生(基準値 630kcal)・中学校2年生(基準値 820kcal)の値です。



### 丸亀市産食材

アスパラガス 小松菜 チンゲン菜 パセリ 葉ごぼう 葉ねぎ キャベツ 春キャベツ セロリ 玉ねぎ(有機) 大根(有機) にんにく はっさく

### 香川県産の食材

米 麦 ダイシモチ麦 米粉パン さぬきの夢パン 天ぷら粉 牛乳 卵 鶏肉 オリーブ豚 小いわし かえり ちりめん えのきたけ たけのこ きくらげ のり いちご